

HASŁO	kettlebell
WYMOWA	ketlbel
DEFINICJA	«odważnik z uchwytem używany w sportach siłowych, m.in. w dyscyplinie girevoy sport »
PRZYKŁADY UŻYCIA	<i>Mięśnie brzucha można rzeźbić na wiele sposobów. Niezłe są scyzoryki, ale równie efektywne – ćwiczenia z kettlebellem (wideo.czasnabieganie.pl).</i> <i>Kettlebell ponownie zdobywa uznanie trenerów i ćwiczących. Ćwiczenia z nim spalają tłuszcz i angażują wiele mięśni jednocześnie (www.menshealth.pl).</i>
WIZUALIZACJE	Zobacz w grafice Google
ODSYŁACZE	aqua aerobik, bigoreksja, bouldering, być fit, girevoy sport, masować, pilates, slackline, spinning, sześciopak, tabata, zumba
DATA	Rejestracja hasła: 13.10.2015, 16.42, ostatnia aktualizacja hasła: 13.10.2015, 17.30
AUTOR	Patrycjusz Pilawski
REDAKTOR	Jan Burzyński