

HASŁO	masować
DEFINICJA	<i>środ.</i> «wśród kulturystów: przejść na specjalną dietę i wykonywać określony trening, który na celu zbudowanie masy mięśniowej»
PRZYKŁADY UŻYCIA	<i>Witam Panowie, prosiłbym o radę, co robić. Ostatnio nie trzymam diety, załało mnie strasznie i nie wiem czy masować czy redukować, a może dalej próbować masować, trzymając dietę i dodając aeroby po treningu?</i> (www.sfd.pl). <i>Siemanko! Nadszedł czas zagłady i ogólnego końca estetyki, czas na masowanie! Trzeba masować, bo potem trzeba mieć z czego rzeźbić!</i> (www.kulturystykablog.pl).
WIZUALIZACJE	Zobacz w grafice Google
ODSYŁACZE	aqua aerobik, być fit, crossfit, pilates, stretching, sześciopak, tabata
DATA	Rejestracja hasła: 24.02.2015, 06.03, ostatnia aktualizacja hasła: 12.10.2015, 19.35
AUTOR	