

|                     |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| HASŁO               | twister                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| WYMOWA              | tɥister                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| DEFINICJA           | «urządzenie do treningu mięśni talii, brzucha i ud»                                                                                                                                                                                                                           |
| PRZYKŁADY<br>UŻYCIA | <p><i><b>Twister</b> do ćwiczeń możemy znaleźć praktycznie w każdej siłowni</i> (portal.abczdrowie.pl).</p> <p><i>Podczas ćwiczeń na <b>twisterze</b> wykonujemy dynamiczne skrety tułowia, dzięki czemu angażowane są m.in. mięśnie skośne brzucha</i> (blog.fitbay.pl).</p> |
| WIZUALIZACJE        | Zobacz w grafice Google                                                                                                                                                                                                                                                       |
| ODSYŁACZE           | aqua aerobik, być fit, girevoy sport, masować, pilates, spinning, sześciopak, tabata, zumba                                                                                                                                                                                   |
| DATA                | Rejestracja hasła: 09.03.2015, 17.25, ostatnia aktualizacja hasła: 18.10.2015, 00.13                                                                                                                                                                                          |
| AUTOR               | Patrycjusz Pilawski                                                                                                                                                                                                                                                           |
| REDAKTOR            | Jan Burzyński                                                                                                                                                                                                                                                                 |