

HASŁO	rolować
DEFINICJA	«masować mięśnie, używając do tego rollera i najczęściej ciężaru własnego ciała»
INFORMACJA GRAMATYCZNA	czas. ndk roluje, rolował; <i>schemat składniowy: {ktoś} roluje {coś}</i>
PRZYKŁADY UŻYCIA	<i>Przed maratonem ograniczyłam treningi i ćwicząc, cokolwiek uważałam, by nie zrobić sobie krzywdy. Rolowałam się po treningach, dobrze odżywiałam i myślami byłam wiadomo gdzie</i> (keepdreamclose.pl). <i>Różne opinie mają wálki, jednak ja wierzę, że ci zawodnicy wiedzą, co robią. I bardzo dużo z nich się roluje</i> (warszawskibiegacz.pl). <i>Zawsze przed treningiem rozciągam się i roluję mięśnie ud, pośladkowe i odcinka lędźwiowego, pleców</i> (sfd.pl). <i>Pamiętaj, żeby rolować wszystkie partie mięśniowe</i> (znamizdrowo.pl). <i>W moim odczuciu osoba, która wymyśliła rolowanie na wálku w celu rozluźnienia, powinna dostać sportową nagrodę Nobla</i> (www.fizjologika.pl).
DODATKOWE INFORMACJE	<od roller >
WIZUALIZACJE	Zobacz w grafice Google
DATA	Rejestracja hasła: 29.11.2017, 04.05, ostatnia aktualizacja hasła: 05.02.2018, 01.52
AUTOR	Agnieszka Kostrowiecka
REDAKTOR	Maciej Czeszewski