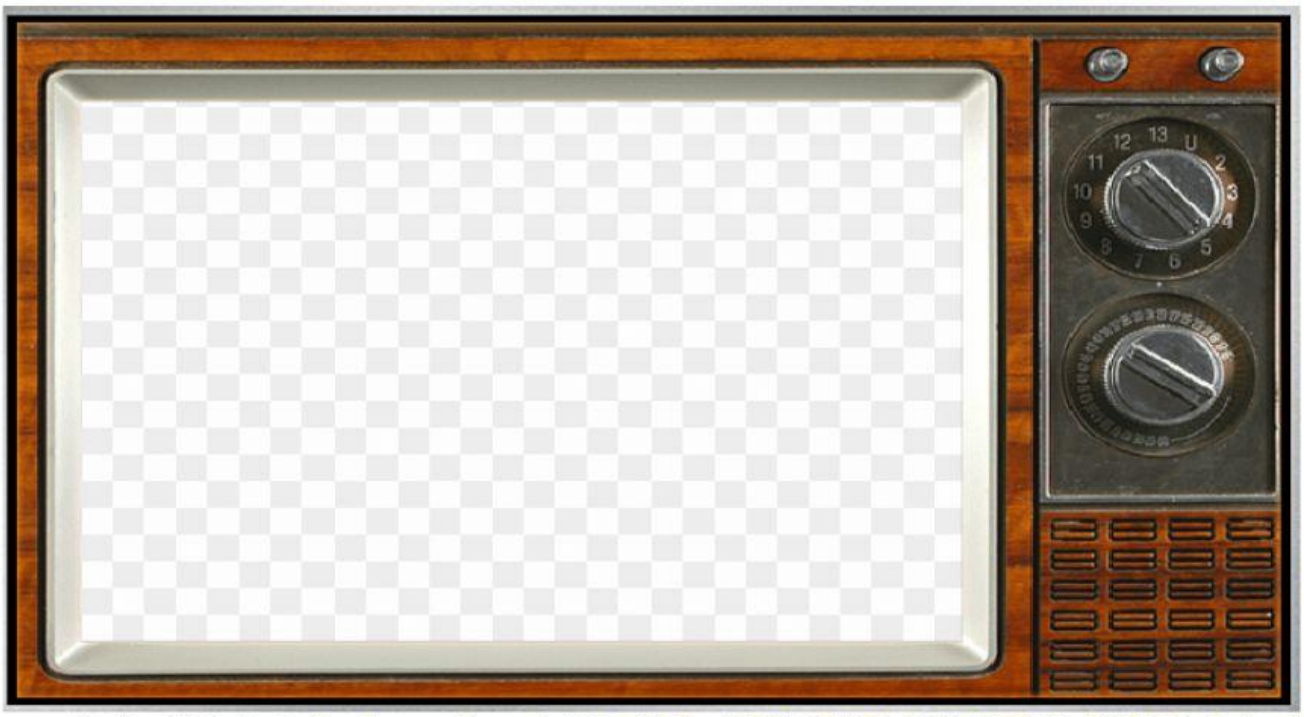
QUÈ EN SAPS SOBRE...

Mira el següent vídeo i després escull la resposta correcta.

ATLETISME - 16 (Entrenament d'arrossegaments)



La direcció del vídeo és: https://www.youtube.com/watch?v=4XMJPoretWw&list=PLNBRtqdsYrKQqZ3xGIr1biq0UNeDnGHcv&index=16

1. Els arrossegaments és un entrenament de...

2. Pot fer un entrenament d'arrossegament un velocista?

3. Per fer els arrossegaments necessitem un pes?

4. Quan fem els entrenaments d'arrossegaments?

5. En els arrossegaments la corda no cal que estigui tensa?

Atletisme per "inicia sport.com"