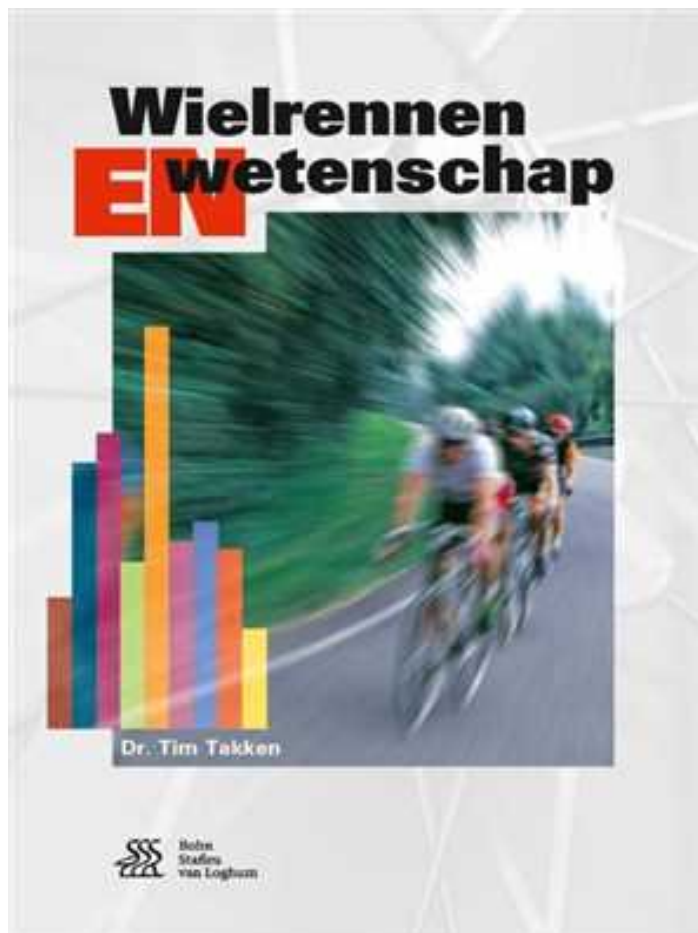


Wielrennen en wetenschap PDF

Tim Takken



Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.



DOWNLOAD PDF

Schrijver: Tim Takken
ISBN-10: 9789036816168
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 3444 KB

OMSCHRIJVING

Het boek Wielrennen en wetenschap gaat over inspanningsfysiologie, en wetenschappelijke onderbouwde training, voeding en verzorging voor wielrenners. Het unieke aan deze uitgave is dat er een up-to-date stand van zaken wordt gegeven van de laatste wetenschappelijke informatie over wielrennen. Daarnaast is er een vertaalslag gemaakt van deze kennis naar de praktijk. Deze uitgave bevat een theoriegedeelte waarin de inspanningsfysiologie achter de wielrenprestatie wordt besproken. Daarna komen trainingsmethoden en voeding aan bod. Ook wordt er ingegaan op een aantal wielrendisciplines zoals baanwielrennen, mountainbiken en veldrijden. Verder komt een aantal categorieën aan bod als jeugd en jongeren, vrouwen en masters. Het boek wordt afgesloten met een hoofdstuk over biomechanica en materiaal. Daar deze kennis vooral in wetenschappelijke tijdschriften is gepubliceerd, is deze een must have voor alle wielrenners, trainers en begeleiders. Ook is deze uitgave geschikt voor verzorgers, medici en paramedici die in de (sport)gezondheidszorg werkzaam zijn.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Wielrennen en wetenschap | ISBN 9789035228740 direct en eenvoudig te bestellen bij Boekhandel De Slegte. Uniek aanbod (tweedehands) boeken.

Wielrennen en wetenschap bij Boeken.com. Bij boeken.com vind je altijd wat je zoekt.

Het heeft lang geduurd voordat er systematisch wetenschappelijke gegevens werden verzameld binnen de gesloten wereld van het wielrennen en dat deze gegevens werden ...

WIELRENNEN EN WETENSCHAP

[Lees verder...](#)