

NOSZLOPY GÁSPÁR GIMNÁZIUM ÉS KOLLÉGIUM

8200 Veszprém, Tüzér u. 42.

OM:037206

EDZÉSELMÉLET

osztályozó vizsga témakörök

10. évfolyam

1. Edzettség összetevői
2. Terhelés
3. Elfáradás
4. Kondicionális képességek
5. Állóképesség
6. Erő
7. Gyorsaság fajtái
8. Ízületi mozgékonyság
9. Rajtállapot