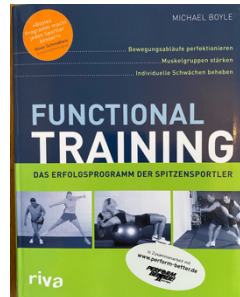


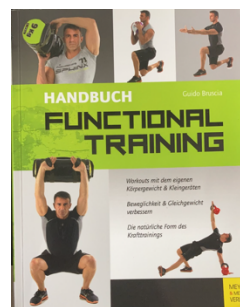
Wir freuen uns, dass wir dich hier antreffen. Du möchtest dich offensichtlich freiwillig neben dem Training noch tiefer in das Thema „Grundbewegungen, Bewegungsabläufe und Functional Training“ einlesen und noch weitere wissenschaftliche und fachliche Informationen sammeln. Darüber freuen wir uns sehr.

Über die Kursinhalte hinaus schlagen wir Dir folgende Bücher zu dem Thema vor:

„Functional Training“ von Michael Boyle  
(5. Auflage 2013, riva Verlag)  
ISBN: 978-3-86883-028-6



„Handbuch Functional Training“ von Guido Bruscia  
(2015, Meyer&Meyer Verlag)  
ISBN: 978-3-89899-876-5



Viel Spaß beim Lesen und bleib sportlich dabei,

Dein Motion Matters Online Team