Quiz z prezentacji FITNESS-NOWOCZESNE FORMY ZAJĘĆ

1. Twórca aerobiku to:
2. Jane Fonda
3. Chuck Norris
4. Kenneth Cooper
5. SPINNING zaliczany jest do form zajęć fitness:
6. Cardio
7. Muscle
8. Mind&Body
9. Prawidłowy czas trwania pojedynczej lekcji FAT BURNING:
10. 45 minut
11. 55 minut
12. 75 minut
13. Zajęcia fitness z elementami sportów walki:
14. TRX
15. TAE BO
16. TBC
17. Rozwiń skrót ABT:
18. Ale Będzie Trening
19. Abdomen Buttocks Thighs
20. Arms Buttocks Thorax