

Leichtathletik Training

Disziplin:

Wurf mit Lederbällen, MedBall, Vortex und Ringe

Ort:

zu Hause

Datum:

08. Juni 2008

Zeit:

13.00 bis 14.00 Uhr

80 gr Lederbälle

200 gr Lederbälle

Gummiring

Vortex Rakete

Medball 1,5 kg

21,50 m

18,00 m

18,00 m

16,00 m

7,00 m