



майка ментцера супертренинг скачать










Загрузок: 2867 Скорость: 1.43 Мб/с

СКАЧАТЬ

Рейтинг: ★★★★★
Автор: Clopper

Безопасно! Вирусов нет 

  196  Нравится 100  Твитнуть  +1  50  95

 161 комментариев 



Саша
Благодарочка за все!
1 минуту назад



Ангелина
Побольше бы таких сайтов.
1 минуту назад



Гриша
Первый раз тут, скорость загрузки радует, наличие файлов тоже!
1 минуту назад



Марина
Всем советую, качает быстро.
1 минуту назад



Леша
не поверил глазам, есть все. спасибо!
1 минуту назад



Оксана
Глупости говорят, что незаменимых не бывает, без этого сайта я бы пропала.
1 минуту назад

Автор: Ментцер Майк Жанр: Спорт Аннотация: Эта книга написана для тех, кто искренне желает усвоить теоретические основы бодибилдинга. Многим культуристам мало что говорят такие философские понятия, как разум, сущность, индивидуальность, теория, принцип, рациональное мышление, волевой акт, причинная связь, суждения, мораль, этика. Зачем нам такие премудрости, – скажете вы – особенно в применении к бодибилдингу? Однако без них просто невозможно постичь науку тренинга. Отзывы о книге 'Супертренинг' Ментцер Майк Все книги (Посмотреть) Ментцер Майк на видео Все книги — ВидеоЭта книга написана для тех, кто искренне желает усвоить теоретические основы бодибилдинга. Многим культуристам мало что говорят такие философские понятия, как разум, сущность, индивидуальность, теория, принцип, рациональное мышление, волевой акт, причинная связь, суждения, мораль, этика. Зачем нам такие премудрости, - скажете вы - особенно в применении к бодибилдингу? Однако без них просто невозможно постичь науку тренинга. Майк Ментцер (Mike Mentzer, 15.11.1951 - 10.06.2001) - культурист, бизнесмен, автор и философ. Он родился 15 ноября 1951 года городке под Филадельфией (Пенсильвания). Через пару лет его семья переехала на 60 миль западнее, в Евфрат. Это был маленький фермерский городок, в том же штате. Однажды, когда Майку было 11 лет, в магазине он увидел культуристический журнал и по его словам просто влюбился в этот спорт. Стероиды начал принимать в возрасте 19 лет. . Спортивная книга известного в прошлом спортсмена – пауэрлифтера представляет собой самой настоящей пособие для тех , кто всерьез хочет заняться бодибилдингом , она содержит также и рассуждения автора на тему науки о тренировках . Майк Ментцер гарантирует внимательному читателю , что в его силах повысить эффективность тренировок на все 200 процентов ! Дамы и господа! Электронные книги в библиотеке бесплатны. Вы можете их читать онлайн или же бесплатно скачать в любом из выбранных форматов: txt, jar и zip. Обратите внимание, что качественные электронные и бумажные книги можно приобрести в специализированных электронных библиотеках и книжных магазинах (Litres, Read.ru и т.д.). Возможность свободного добавления книг в разделы библиотеки (категории книг) технически закрыта с июня 2010г. Книга "Супертренинг" Майка Менцера, которую вы можете скачать на данном сайте - решительная попытка внести прояснение в понимание основных проблем натурального бодибилдинга. Как и в предыдущих книгах, Майк Менцер описывает свои взгляды на философию силового, сверхмощного, стрессового тренинга. Основная цель - осветить важнейшие принципы познания, необходимые для приобщения к любой науке - или, по крайней мере, к ее основам. Книга, которую вы держите в руках - моя окончательная попытка внести ясность в понимание основных проблем науки бодибилдинга. Как и в предыдущих писаниях, я излагаю свои взгляды на философию тяжелого, сверхмощного, стрессового тренинга. Но на этот раз я постарался "копнуть" гораздо глубже. Моя цель -осветить важнейшие принципы познания, необходимые для приобщения к любой науке- или, по крайней мере, к ее основам.