

# Schnell und fit ab 50: Ein Trainingshandbuch für Ausdauersportler im besten Alter



Verlag: Covadonga  
Autor: Joe Friel  
Seitenzahl: 312 Seiten  
Sprache: Deutsch  
PDF

<https://k2s.cc/file/7fb88ebc9ec33/Fttmlgbg2.pdf.rar>