

Was ist ein Wanderpokal?

Wanderpokale sind großartige Hilfsmittel, um Ihre Fitness und Gesundheit zu verbessern. POMEKI bieten eine unterhaltsame Möglichkeit, fit zu werden und motiviert zu bleiben. Außerdem helfen sie Ihnen, Ihre Fortschritte im Laufe der Zeit zu verfolgen.

Wanderpokale sind eine Art von Fitnessinstrument, das Ihnen hilft, Ihre Ziele zu erreichen. Diese Pokale gibt es in verschiedenen Formen und Größen, und jeder hat seinen eigenen Zweck. Die Hauptidee hinter diesen Pokalen ist es, Sie zu motivieren, Ihr Fitnessniveau zu verbessern.

Es gibt verschiedene Arten von Wanderpokalen, wie z. B. Kettlebells, Hanteln, Langhanteln usw. Jede von ihnen hat ihre eigenen Vorteile und Verwendungszwecke. Kettlebells werden beispielsweise häufig für das Krafttraining verwendet, während Kurzhanteln gut für das Ausdauertraining geeignet sind. Langhanteln können sowohl für Kraft- als auch für Ausdauertraining verwendet werden.

Referenzen

Weitere Lektüre

Externe Links

- Eine Sammlung von Fitness-Auszeichnungen auf der Website der International Fitness Awards.

Kategorie:Auszeichnungen nach Verdienst

Kategorie:Fitnessbezogene Listen

Kategorie:Sporttrophäen und Auszeichnungen

Kategorie:Von Zeitschriften verliehene Trophäen

Kategorie:Trophäenvergabe

Kategorie:Amerikanische Auszeichnungen

Kategorie:Amerikanische Sporttrophäen und -auszeichnungen

Kategorie:"Herausforderung"

Kategorie:1991 gegründete Auszeichnungen

Kategorie:1991 gegründete Auszeichnungen in den Vereinigten Staaten

Kategorie:Amerikanische jährliche Fernsehsendungen

Kategorie:Jährliche Ereignisse in den Vereinigten Staaten

*

Kategorie:Listen von Preisträgern

Kategorie:Kulturgeschichte von New York City
Kategorie:1991 Einrichtungen in den Vereinigten Staaten

Kategorie:Medien in New York (Bundesstaat)

Kategorie:Medien in New York City

Kategorie:Kultur (New York City)

Kategorie:Geschichte von New York City

Kategorie:Geschichte von New York City

Kategorie:Modeerscheinungen und Trends der 1990er Jahre

Kategorie:Modeerscheinungen und Trends der 2000er Jahre in den Vereinigten Staaten

de:Körperliches Training
Trainingsstärken und Trophie

fr:Trophy de sport physique

it:Trofeo di atletica

nl:Sporttrofee

ja:

pl:Trofi ciał kobiet

pt:Troféu do esporte

ru:

sv:Sporttrofé

tr:Spor seviyesi türünde bir trofe

zh:

einfach:Trophäe

einfach:Trophäe Pokal

einfach:Trophäe Pokal

einfach:Trophäe Trophäen

einfach:Trophäe Pokale

einfach:Trophäe Trivia

einfach:Trophy Spiele

einfach:Trophy Quiz

einfach:Trophäen-Herausforderungen

einfach:Trophäen-Turniere

einfach:Trophäen-Events

einfach:Trophy Pokale

einfach:Trophäen Pokale

einfach:Trophäe Pokal

einfach:Trophäe Pokal

einfach:Trophäen-Pokale

veröffentlicht:19 Dez 2013

Aufrufe:828

Der beste Weg, sich beim Sport zu motivieren, ist, an die Ergebnisse zu denken. Trainieren Sie hart, damit Sie Ihr Ziel erreichen können! Dieses Video zeigt die 5 besten

Motivationszitate mit Beispielen. Besuchen Sie meinen Kanal für weitere Videos wie dieses!Musik:

Vielen Dank fürs Zuschauen!

veröffentlicht:15 Feb 2014

Ansichten:543

Dies ist ein erstaunliches Video eines Mannes, der sich selbst herausgefordert hat, von nicht in der Lage zu sein, 10 Meter zu laufen, um einen vollen Marathon zu laufen. Er hat es getan, weil er den Menschen etwas beweisen wollte. Und obwohl seine körperliche Gesundheit jetzt leidet, weil er keine Pausen auf dem Weg gemacht hat, fasst die letzte Zeile zusammen, was was ich über Herausforderungen sagen möchte. "Ich bin der lebende Beweis dafür, dass alles möglich ist, wenn man sich etwas vornimmt."

veröffentlicht:17. Mai 2015

Aufrufe:1298

Dies ist ein tolles Video zur Motivation. Ich hoffe es gefällt euch! :D

Wenn ihr benachrichtigt werden wollt, wenn ich neue Inhalte hochlade, kommentiert unten ;)

Schaut auch auf meinem Kanal vorbei: www.youtube.com/user/thetattooshutrunter

Und vergessen Sie nicht, auf das Glockensymbol zu klicken, um über unsere neuesten Videos benachrichtigt zu werden!

Bearbeitet von:

Kaitlyn Wells

Klickt hier, um ihrem Tumblr zu folgen!

CopyrightDisclaimer Gemäß Abschnitt 107 des Urheberrechtsgesetzes von 1976 wird eine Genehmigung erteilt nur für die Verwendung auf YouTube und anderen Online-Medien.

veröffentlicht:17 Mai 2017

Aufrufe:1055

Ein Wanderpokal ist eine Trophäe, die an diejenigen vergeben wird, die eine bestimmte Anzahl von Rennen oder Läufen innerhalb einer bestimmten Zeitspanne absolvieren. Der

erste Wanderpokal wurde 1859 von John Woodruff gestiftet, der Preise auf der Grundlage einer Reihe von Rennen in ganz England vergab.

Im 19. Jahrhundert meldeten viele britische Vereine ihre Mitglieder für solche Pokale an, die damals in der Regel jährlich vergeben wurden, und manchmal wurden auch Pokale an einzelne Teilnehmer vergeben. Im Jahr 1907 führte die AAU ihr eigenes Pokalsystem ein, um den Rennsport in Amerika zu fördern. Es wurden All-America-Teams gebildet, und die Sportler traten gegeneinander an, um Punkte zu sammeln.