

584 volejbalových cvičení

eKniha

**Komplexní soubor cvičení
pro váš volejbalový rozvoj**

www.volleycountry.com/cz
VolleyCountry - volejbal je naše vášně

Kapitoly

1. <u>Základní volejbalová cvičení</u>	1
2. <u>Útok</u>	45
3. <u>Blok</u>	84
4. <u>Podání</u>	124
5. <u>Odbití spodem „Bagr“</u>	177
6. <u>Odbití vrchem „Prsty“</u>	302