



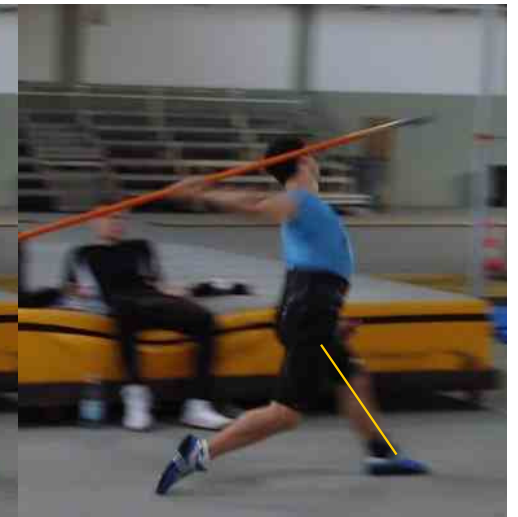
Arm hoch — Hüfte vor



Hüfte vor > Ballenlandung >
Stemmbein gestreckt



Hüfte vor > mehr
Schulterspannung



Stemmbein gestreckt



Florian Janischek

Vergleich:

Hochpunkt Impulsschritt — Setzen rechts — Setzen links — Schulterspannung



© Karsten Thumm

Karl-Brennenstuhlstr. 7
72074 Tübingen