

Thema: Physiotherapie

Redakteur:

Training für Läuferinnen

Der heurige Frauenlauf ist abgesagt, doch es wird trotzdem gemeinsam trainiert. Eine Physiotherapeutin zeigt Übungen, die den ganzen Körper trainieren. Dabei liegt der Fokus auf Übungen, die besonders für Läuferinnen wichtig sind.

O-Ton: