

Foamroll - targa treenija truu abivahend

Sööt, Kaisa; Aedma, Kristi Studioosus 2017 / lk. 14-15 https://www.ester.ee/record=b1558644*est

Kuidas valmistuda suviseks jooksvõistluseks?

Sööt, Kaisa; Aedma, Kristi; Raju, Sandra Studioosus 2017 / lk. 16-19 https://www.ester.ee/record=b1558644*est

Pulss - sinu abilise treeningute planeerimisel

Sööt, Kaisa; Aedma, Kristi Studioosus 2017 / lk. 16-17 https://www.ester.ee/record=b1558644*est

Vastupidavus vs jõud vs keha vs meel treeningud

Sööt, Kaisa; Aedma, Kristi Studioosus 2016 / lk. 16-19 https://www.ester.ee/record=b1558644*est