

# ***muscle:coaching*** **# 11**



## **SportKin-Training**

Exercise-Chart: sportkinesiologisches  
Training mit Bällen

**MARKUS HITZLER**



# **muscle:coaching #11 SportKin- Training**

[Titelseite](#)

[Einleitung / Trainingszirkel](#)

[Lunge / Dickdarm](#)

[Herz / Dünndarm](#)

[Perikard / 3fach-Erwärmer](#)

[Niere / Blase](#)

[Milz-Pankreas / Magen](#)

[Leber / Gallenblase](#)

[Impressum](#)

## **muscle:coaching #11**

SportKin-Training – sportkinesiologisches Zirkeltraining  
mit Bällen

© 2021 Markus Hitzler, MBA (Health-Management)

Prucknergasse 14  
3052 Neustift-Innermanzing  
Österreich

[www.markus-hitzler.at](http://www.markus-hitzler.at)  
[www.muscle-coaching.at](http://www.muscle-coaching.at)

Der Autor weist darauf hin, dass in diesem Dokument ein komplementäres Gesundheits-System dargestellt wird. Jeder Leser / jede Leserin dieses Buches, wendet die Techniken dieses Ratgebers auf eigene Gefahr an. Sollten Sie starke Schmerzen haben, die sich nicht bessern bzw. Sie eine schulmedizinische Diagnose benötigen, wenden Sie sich bitte an einen konventionellen Arzt.

Detail-Infos zu den Inhalten dieses E-Books findest Du im Buch „SportKin-Training – sportkinesiologische Lösungen aus dem muscle:coaching“.

Hier ist der Link zum Verlags-Buch-Shop:

<https://www.bod.de/buchshop/sportkin-training-markus-hitzler-9783753401256>

Hier der QR-Code zu oberem Link:

