

HASŁO

WARIANTY

WYMOWA

DEFINICJA

INFORMACJA
GRAMATYCZNA

TBC

tbc

te-be-ce, rzadziej ti-bi-si

«grupowe zajęcia ruchowe, zwykle odbywające się w klubie fitness, mające na celu wzmocnienie wszystkich grup mięśni»

PRZYKŁADY
UŻYCIA

*Z trudem namawiam ją na sprzątaczkę, która przychodzi w dni, kiedy Kotuś ma po pracy fitness, a ściśle **TBC**, wraca nie wcześniej niż o ósmej, bardzo zmęczona, nawet nie zauważa, że ktoś sprzątał, nie robi awantury, gdy podczas ścierania kurzu ramka ze zdjęciem została przesunięta o dwa centymetry w prawo* (M. Kochan, „Plac zabaw”, Warszawa 2007).

*Po tygodniu zaczęłam wychodzić z domu i zamiast seksu uprawiać inne sporty. Fryzjer, zakupy, manikiur. Aerobic, zakupy, masaż. **TBC**, zakupy, kino. Gdyby to trwało dłużej, mogłabym się wykończyć* (H. Samson, „Wojna żeńsko-męska i przeciwko światu”, Warszawa 2005).

*Chcemy mieć prawo do godnego starzenia. A potem z wstrzykniętym botoksem, liftingiem na twarzy, odessanym tłuszczem i kuracją zastępczą lądujemy na **TBC**. By tam, wśród innych desperatek, wykonywać ruchy bez sensu, w takt muzyki bez sensu* (M. Rakusa, „39,9”, Warszawa 2008).

*Ćwiczyłam wcześniej – ogólnie **tbc**, przysiadów dużo też było, ale nie były to głębokie przysiady* (f.kafeteria.pl).

*Przed chwilą wróciłam z zajęć **TBC**. Ale wycisk! Prawie jakby Jillian [Michaels, amerykańska trenerka] na żywo. Fiu!* (vitalia.pl).

DODATKOWE
INFORMACJE

<od ang. *total body conditioning* [workout] '[trening] wpływający na całe ciało'>

WIZUALIZACJE

Zobacz w grafice Google

ODSYŁACZE

aqua aerobik, być fit, crossfit, pilates, slackline,
spinning, stretching, zumba

DATA

Rejestracja hasła: 01.12.2017, 15.15, ostatnia
aktualizacja hasła: 04.02.2018, 23.20

AUTOR

Agnieszka Kostrowiecka

REDAKTOR

Maciej Czeszewski