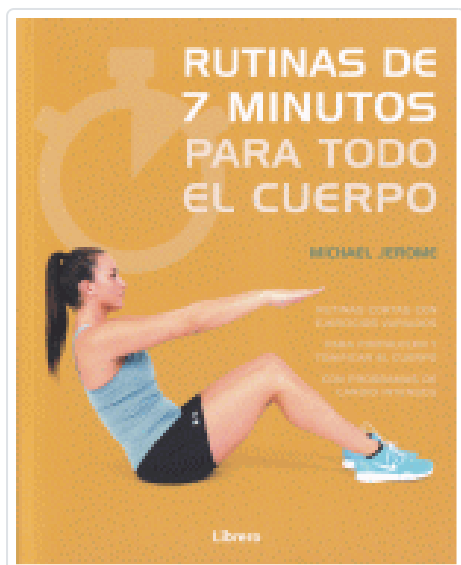


RUTINAS DE 7 MINUTOS PARA TODO EL CUERPO



JEROME, MICHAEL

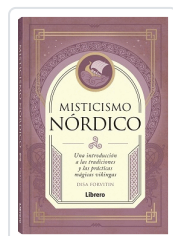
SINOPSIS

Los ejercicios de cuerpo entero son una de las maneras más eficientes y eficaces de desarrollar la musculatura, quemar grasa y mejorar su salud física general. Como sugiere el nombre, utilizan todo el cuerpo a la vez, con lo cual se fortalecen múltiples grupos musculares con un solo ejercicio. Tanto si quiere trabajar los músculos como fortalecer la zona central o tonificar ligeramente el cuerpo, 7 minutos de ejercicio para todo el cuerpo contiene todo lo que necesita para crear su rutina de ejercicios perfecta. ...

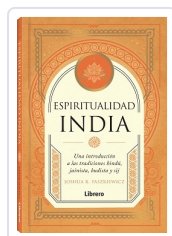


Editorial	LIBRERO IBP
Materia	PILATES-GIMNASIA-FORMA FISICA-BIENESTAR-MASAJE
Colección	SIN COLECCION
EAN	9789463595391
Status	Disponible
Páginas	192
Tamaño	235x190x mm.
Peso	595
Precio (Imp. inc.)	5,95€
Fecha de lanzamiento	19/04/2021

Títulos relacionados



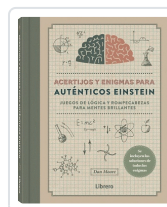
MISTICISMO NÓRDICO
FORVITIN, DISA



ESPIRITUALIDAD INDIA
R. PASZKIEWICZ,
JOSHUA



DIBUJAR FIGURAS HUMANAS EN 10 PASOS
LECOUFFE, JUSTINE



ACERTIJOS Y ENIGMAS PARA AUTÉNTICOS EINSTEIN
MOORE, DAN