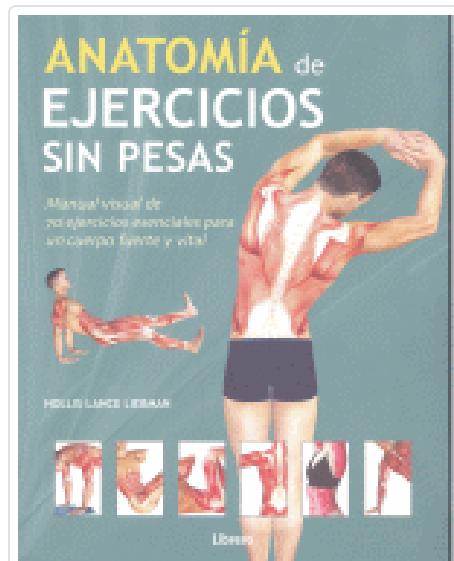


ANATOMIA DE EJERCICIOS SIN PESAS



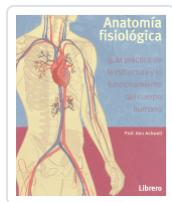
LANCE LIEBMAN, HOLLIS

SINOPSIS

Anatomía de ejercicios sin pesas es una compilación de rutinas en las que el único equipamiento es el propio peso corporal. Los ejercicios se han seleccionado con el objetivo de ejercitar todo el cuerpo, con especial atención a aquellos que son vitales para mejorar la forma física y flexibilidad en general, y estimular la capacidad motora funcional. ...

Editorial	LIBRERO IBP
Materia	PILATES-GIMNASIA-FORMA FISICA-BIENESTAR-MASAJE
Colección	ANATOMIA-MEDICINA-SALUD
EAN	9789089988850
Status	Disponible
Páginas	160
Tamaño	219xx mm.
Peso	665
Precio (Imp. inc.)	14,96€
Fecha de lanzamiento	25/02/2020

Títulos relacionados



ANATOMIA FISIOLOGICA
ASHWELL, KEN



ANATOMIA DEL CUERPO EN
MOVIMIENTO
BREWER, JOHN



ANATOMIA DEL CORAZON
JEROME, MICHAEL