fitness-a-la-maison

DVD

Titre(s) : Fitness à la maison : danse-brûler les calories et modeler son corps.Eliminer la cellulite.
Editeur(s) : Longeau-Percey : Passion découverte, 2018.
Contient : Danse- brûler les calories et modeler son corps (durée : 30mn). - Eliminer la cellulite (durée : 30 mn).
Résumé : "Fitness à la maison" est un cours complet, conçu pour les personnes qui ne peuvent pas se rendre à la salle de gym mais veulent se sentir en harmonie avec leurs corps.Dans chaque séance, vous serez guidé par un professeur qualifié qui expliquera avec clarté les mouvements et les exercices que vous pourrez refaire facilement, et qui vous aideront à vous remettre en forme !.
Notes : Droit de prêt et consultation. - Configuration requise : infos DVD : 1 DVD 1.78,16/9,Couleur, son. Dolby digital 2.0; Français : langue principale: français.
Sujet(s) : Danse : Films documentaires Renforcement musculaire : Films documentaires Exercices physiques : Films documentaires Cellulite : Films documentaires
Courriel : http://www.adav-assoc.com/4DACTION/GetImage/249571

Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Le salon	Loisirs	FD 796	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux