manuel-de-musculation-sans-appareil

Livre

Auteur(s): Roberto, Paolo (1969-...) (Auteur); Ohlsson, Daniel (Illustrateur)

Titre(s): Manuel de musculation sans appareil : des exercices adaptés à chaque niveau : débutants, avancé, champion : 150 exercices & 40 séances d'entraînements / Paolo Roberto ; photos Daniel Ohlsson ;

traduction Kristina Venot.

Editeur(s): Paris: Marabout, 2014.

Autres : 1 vol. (231 p.) . illustrations en noir et en couleur . 26 x 20 cm **Résumé** : Exercices de musculation simples et variés pour retrouver la

forme physique. Electre 2016.

Sujet(s): Musculation (exercices physiques); Culturisme



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	796.44 ROB	Prêt normal	Disponible	Ploufragan