

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