

Livre

Auteur(s) : Sissako, Bakary (Auteur) ; Bertrand, Aurélia Stéphanie (Illustrateur)

Titre(s) : Simplissime : le livre pour se muscler le + facile du monde : spécial femmes / Bakary Sissako ; illustrations Aurelia Bertrand.

Editeur(s) : Vanves (Hauts-de-Seine) : Hachette Pratique, 2018.

Collection(s) : (Simplissime, ISSN 2553-3193).

Autres : 1 vol. (94 p.) . illustrations en couleur . 24 x 19 cm

Résumé : 45 exercices de renforcement musculaire à destination des femmes, présentés à travers des pas à pas détaillés.

Sujet(s) : Musculation pour femmes

Public : Facile à lire

Niveau de lecture : Facile à lire - niveau 1 ;



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
*Services internes	Valise sports	613.71 SIS	Prêt normal	Sorti	Hillion
Adultes	Documentaires	613.71 SIS	Prêt normal	Sorti	Ploufragan
Adultes	Documentaires	613 71 SIS	Prêt normal	Disponible	Langueux