le-syndrome-du-paresseux

Livre

Auteur(s) : Cheval, Boris (Auteur) ;Boisgontier, Matthieu (Auteur)
Titre(s) : [Le]syndrome du paresseux : petit précis pour combattre notre inactivité physique / Boris Cheval, Matthieu Boisgontier.
Editeur(s) : Malakoff (Hauts-de-Seine) : Dunod, 2020.
Autres : 1 vol. (183 p.) . 22 x 14 cm
Résumé : Des explications sur la tendance à l'oisiveté de l'être humain suivies de conseils pour combattre ce phénomène et adopter progressivement de meilleures attitudes quant à l'exercice physique. ©Electre 2020.
Notes : Bibliogr.
Sujet(s) : Sports ** Aspect psychologique ** Guides pratiques ;Oisiveté ** Guides pratiques

Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	613.7 CHE	Prêt normal	Disponible	Plérin