

1-mois-special-fesses-abdos

Livre

Auteur(s) : Fitness Goal, Emma (Auteur)

Titre(s) : 1 mois spécial fesses & abdos / Emma Fitness Goal.

Editeur(s) : Vanves (Hauts-de-Seine) : Hachette Pratique, 2020. ;
Vanves (Hauts-de-Seine) : Hachette Pratique, 2020.

Collection(s) : (Motivation book) (Hachette bien-être).

Autres : 1 vol. (95 p.) . illustrations en noir et blanc . 23 x 18 cm

Résumé : Des conseils, des exercices et des recettes équilibrées pour affermir ses abdos et son fessier en quatre semaines. ©Electre 2021.

Notes : Tout public.

Sujet(s) : Muscles de l'abdomen ** Exercices physiques ;Muscles fessiers ** Exercices physiques ;Exercices physiques pour femmes ;Guides pratiques



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
*Services internes	Valise sports	613.71 FIT	Prêt normal	Sorti	Le Vieux-Bourg