# 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 |