

Livre

Auteur(s) : Waymel, Thierry (Auteur) ;Choque, Jacques (1952-...)
(Auteur)

Titre(s) : Etirement & renforcement musculaire : gym, forme, plaisir :
250 exercices d'étirement et de renforcement musculaire, 350
photographies, amélioration de la souplesse et développement de la
force en douceur / Thierry Waymel, Jacques Choque.

Editeur(s) : Paris : @mphora sports, cop. 2005 (64-Hendaye : Impr.
EPEL industrie graphic).

Autres : 1 vol. (191 p.) . ill. en noir et en coul., couv. ill. en coul. . 26
cm

Notes : Bibliogr. p. 188-189.

Sujet(s) : Stretching ;Force musculaire

Autres titres : Etirement et renforcement musculaire



Exemplaires

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