

Livre

Auteur(s) : Pons, Claudine (Auteur)

Titre(s) : La souplesse / Mme Claudine Pons.

Editeur(s) : Monaco : Ed. Alpen, DL 2007 (06-Saint-Laurent-du-Var : Impr. Baud).

Autres : 1 vol. (95 p.) . ill. en noir et en coul., couv. ill. en coul. . 21 cm

Résumé : Des exercices de base et des applications quotidiennes aux situations de la vie qui permettent de renouer avec la souplesse jour après jour, et améliorer sa condition physique.

Sujet(s) : Exercices physiques pour femmes



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	613-7-PON	Prêt normal	Disponible	Langueux