

Livre

Auteur(s) : Bredel, Thierry (Auteur) ;Chavanne, Jean-François (Photographe)

Titre(s) : Le guide pratique de la musculation / Thierry Bredel ; photographies de Jean-François Chavanne.

Editeur(s) : Paris : Marabout, 2010.

Autres : 1 vol. (159 p.) . illustrations en couleur . 21 x 15 cm

Résumé : Un guide d'entraînement pour aider à muscler intégralement son corps, individuellement et sans devoir fréquenter une salle de sport.

Notes : Tout public.

Sujet(s) : Musculation : Guides, manuels, etc



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Documentaires	Documentaires	796.4 BRE	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Camus
Le salon	Loisirs	796.4 BRE	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux