

Livre

Auteur(s) : Gasquet, Bernadette de (1946-...) (Auteur) ;Chavanne, Jean-François (Illustrateur)

Titre(s) : Gym avec une chaise / Bernadette de Gasquet ;
photographies de Jean-François Chavanne.

Editeur(s) : Paris : Marabout, 2010.

Autres : 1 vol. (191 p.) . illustrations en couleur . 25 x 20 cm

Résumé : Des exercices de gymnastique à effectuer avec une chaise, à adapter selon l'âge, la morphologie et la condition physique, pour travailler chaque partie du corps.

Sujet(s) : Exercices physiques



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	613.71 GAS	Prêt normal	Sorti	Hillion