

---

## saint-brieuc - Recherche FORCE MUSCULAIRE

Livre

**Titre** : Abdominaux : arrêtez le massacre !  
**Auteur** : Gasquet, Bernadette de (1946-....)  
**Editeur** : Marabout  
**Date édition** : DL 2009  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Abdos sans risques  
**Auteur** : Calais-Germain, Blandine  
**Editeur** : Ed. Désiris  
**Date édition** : DL 2008  
**Collections** : Le geste anatomique  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : De la perfection musculaire à la performance sportive  
**Auteur** : Souchard, Philippe-Emmanuel  
**Editeur** : Ed. Désiris  
**Date édition** : 1994  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Etirement & renforcement musculaire : gym, forme, plaisir  
**Auteur** : Waymel, Thierry  
**Editeur** : @mphora sports  
**Date édition** : cop. 2005  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Etirement & renforcement musculaire : santé, forme, préparation physique  
**Auteur** : Waymel, Thierry  
**Editeur** : Amphora  
**Date édition** : 2011  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Gym, forme, plaisir : 250 exercices d'étirement et de renforcement musculaire...  
**Auteur** : Waymel, Thierry  
**Editeur** : Ed. Amphora  
**Date édition** : 1997  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Kick'n fit : quand les arts martiaux rencontrent le fitness  
**Auteur** : Akermann, Emmanuel (1971-....)  
**Editeur** : Amphora sports

---

**Date édition** : cop. 2005  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Méthode de musculation : 110 exercices sans matériel  
**Tome** : v.1  
**Auteur** : Lafay, Olivier  
**Editeur** : Amphora sports  
**Date édition** : 2004  
**Collections** : Méthode sans matériel  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Méthode de musculation au féminin : 80 exercices sans matériel  
**Auteur** : Lafay, Olivier  
**Editeur** : Amphora sports  
**Date édition** : cop. 2005  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Musculation : 50 exercices et programmes poids et haltères  
**Auteur** : Baechle, Thomas R (1943-....)  
**Editeur** : Vigot  
**Date édition** : 1996  
**Collections** : Programme fitness  
**Support** : Livre

---