

---

## saint-brieuc - Recherche GYMNASTIQUE DOUCE

Livre

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

---

Livre

**Titre** : Entraînement avec Swiss Ball : renforcement musculaire, gainage, équilibre, performance et bien-être  
**Auteur** : Sordello, Jérôme  
**Editeur** : Amphora  
**Date édition** : 2014  
**Support** : Livre

---



**Titre** : Fitness à la maison : La méthode pilates pour un dos solide  
**Editeur** : Passion découverte  
**Date édition** : 2018  
**Support** : DVD

---



**Titre** : Fitness à la maison : les bases de la méthode Pilates  
**Editeur** : Passion découverte  
**Date édition** : 2018  
**Support** : DVD

---



**Titre** : Fitness à la maison : Le meilleur de l'exercice, en équilibre; Le meilleur de l'exercice, en dynamique  
**Editeur** : Passion découverte  
**Date édition** : 2018  
**Support** : DVD

---

Livre

**Titre** : Gym douce : mon programme pour rester en forme  
**Auteur** : Sissako, Bakary  
**Editeur** : Hachette Pratique

## saint-brieuc-recherche-gymnastique-douce

---

**Date édition** : 2018  
**Collections** : 7 minutes par jour  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Gym douce pour les personnes handicapées : handicapés mentaux, moteurs et présentant des troubles associés, personnes à mobilité réduite, personnes très âgées, dépendantes ou en perte...  
**Auteur** : Choque, Jacques (1952-....)  
**Editeur** : Amphora  
**Date édition** : 2017  
**Collections** : Sports  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Gym facile à domicile  
**Auteur** : Choque, Jacques (1952-....)  
**Editeur** : Ellébore  
**Date édition** : 2016  
**Collections** : Livres-DVD  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Gym pour dos fragiles  
**Auteur** : Raisin, Lydie  
**Editeur** : Marabout  
**Date édition** : 2010  
**Collections** : Marabout pratique  
**Support** : Livre

---

Livre

**Titre** : Gymnastiques douces pour votre bien-être  
**Auteur** : Choque, Jacques (1952-....)  
**Editeur** : Solar  
**Date édition** : 1997  
**Collections** : Espace  
**Support** : Livre

---