

saint-brieuc - Recherche METHODE PILATES : GUIDES PRATIQUES ET MEMENTOS

Livre

Titre : Cardio-pilates : renforcez tous vos muscles en profondeur, améliorez vos capacités cardio-vasculaires, entraînez-vous avec votre coach grâce au DVD inclus
Auteur : Meier, Natacha
Editeur : Vigot
Date édition : cop. 2009
Collections : Energie & sérénité
Support : Livre

Livre

Titre : Pilates : retrouvez force et souplesse en douceur, sculptez votre corps en finesse avec efficacité, un professeur à domicile grâce au CD inclus
Auteur : Marckhgott, Barbara (1976-....)
Editeur : Vigot
Date édition : DL 2008
Collections : Energie & sérénité
Support : Livre

Livre

Titre : Yoga pilates : raffermissez votre silhouette en douceur, améliorez votre souplesse et votre posture, entraînez-vous avec votre coach grâce au DVD inclus
Auteur : Wolff, Christiane (19..-.... ; professeure de yoga)
Editeur : Vigot
Date édition : DL 2010
Collections : Energie & sérénité
Support : Livre
