

## PREPARACIÓN FÍSICA ADAPTADA AL BOXEO

PLAN DE ENTRENAMIENTO

Alavedra, José

Editorial: Alas

ISBN: 9788420301259

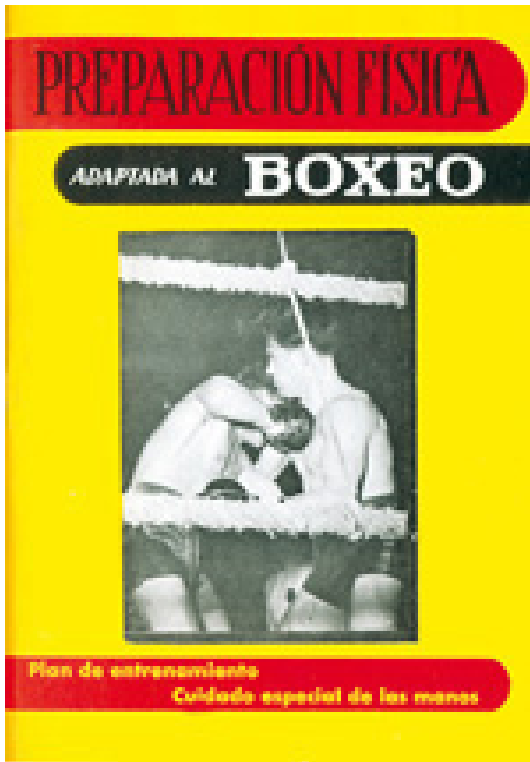
Páginas: 64

Dimensiones: 10,5 x 15,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 3,00 €

Coleccion: Manuales de deporte



### SINOPSIS

Libro de bolsillo que trata del plan de entrenamiento y del cuidado especial de las manos. Tipos de paradas, ataques. Esquivas, desplazamientos.