

## Ejercicios de desarrollo muscular

Recopilación Revista Las Pesas

Editorial: Alas

ISBN: 9788420301402

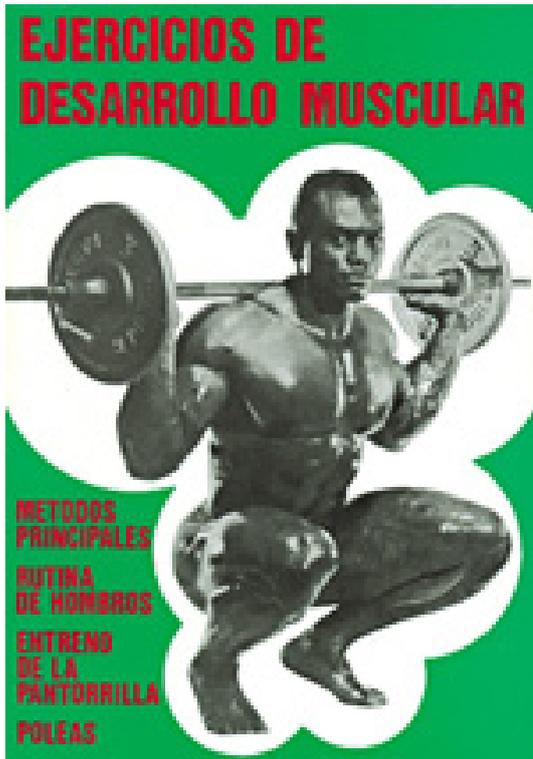
Páginas: 64

Dimensiones: 15,5 x 21,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 3,00 €

Colección: Culturismo



### SINOPSIS

Métodos principales. Rutinas de hombros. Entreno de la pantorrilla. Uso de poleas para perfeccionar el cuerpo. Una rutina para los luchadores. Artículos seleccionados de la revista culturista «Las Pesas».