

Cuide su espalda

Arcarons, F.

Editorial: Alas

ISBN: 9788420300535

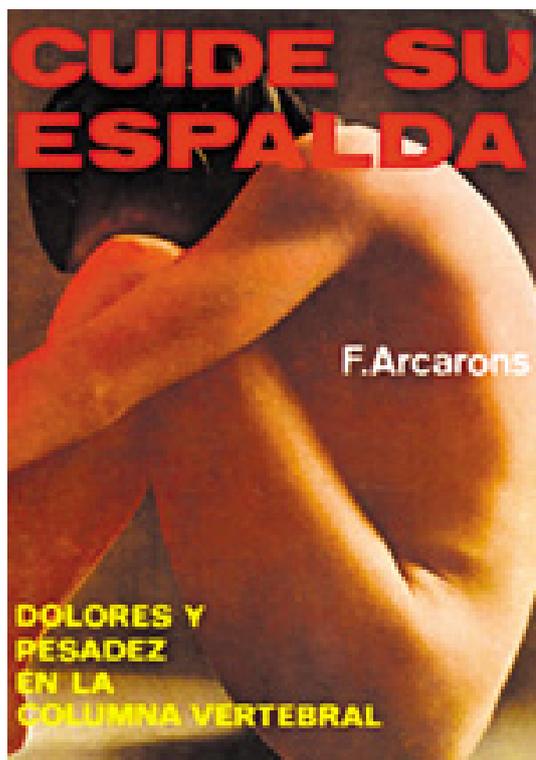
Páginas: 96

Dimensiones: 12 x 17 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 3,00 €

Coleccion: Manuales de salud



SINOPSIS

Dolores y pesadez en la columna vertebral y la manera de evitarlos. Ejercicios especialmente indicados para evitar el dolor en la espalda. Mantenerse bien erguido. Respirar bien, desintoxica. El masaje.