

Anatomía muscular

Para profesores, monitores y culturistas
Hernández, Clemente

Editorial: Alas

ISBN: 9788420300559

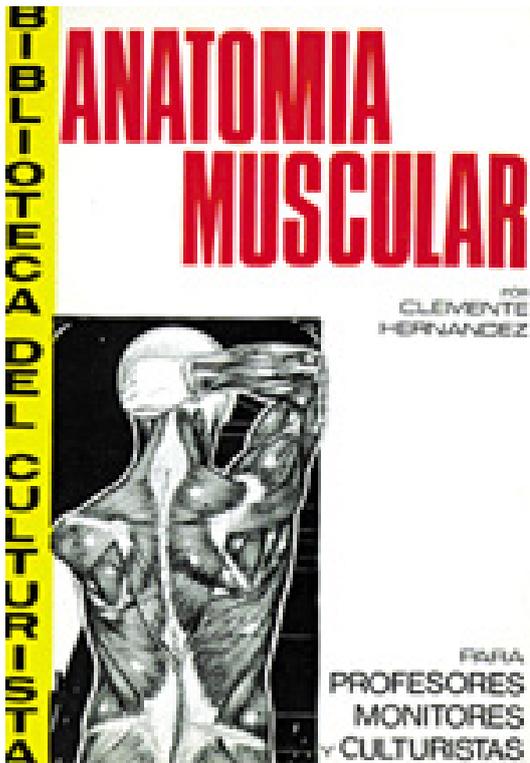
Páginas: 96

Dimensiones: 10,5 x 15,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 3,00 €

Colección: Culturismo



SINOPSIS

Indicado para profesores, culturistas y monitores. Generalidades. Cómo funcionan los músculos del cuerpo. Léxico o terminología del culturista. Descripción de los músculos. Ejercicios básicos con y sin pesas.