

Ejercicios de desarrollo muscular

Recopilación Revista Las Pesas

Editorial: Alas

ISBN: 9788420301402

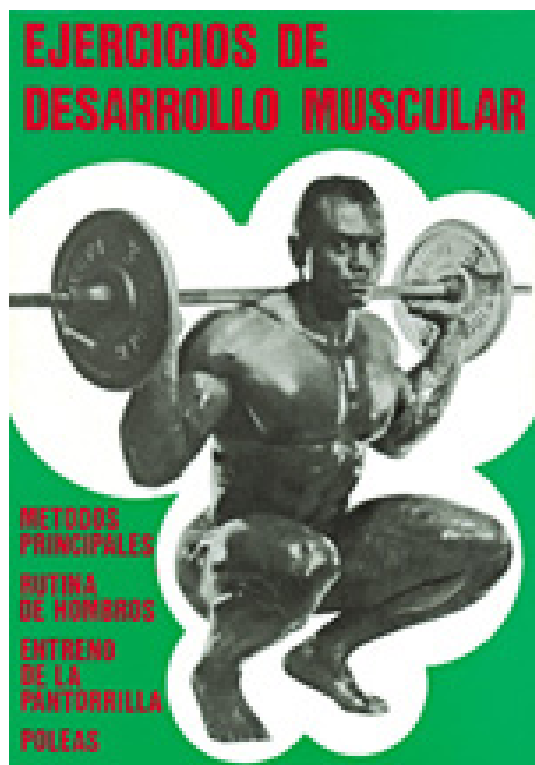
Páginas: 64

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».