

Bio-Sport

Los biorritmos en el rendimiento deportivo

Gatica Esteban, Mauricio

Editorial: Alas

ISBN: 9788420301709

Páginas: 96

Dimensiones: 15,5 x 21,5 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 4,50 €

Coleccion: Culturismo



SINOPSIS

Los ciclos de la vida. Los buenos y los malos días del deportista. El descanso. Mejorando marcas y rendimientos. El control personal del deportista. Ejemplar ilustrado con gráficos.