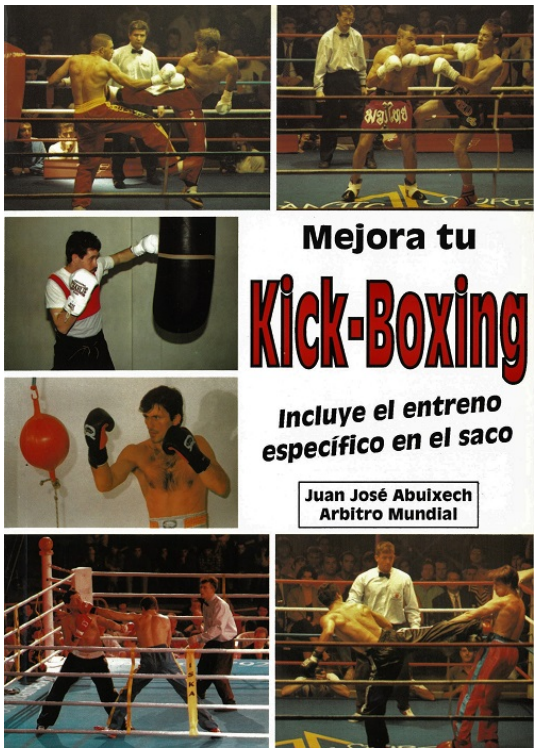

Mejora tu kick-boxing

Incluye el entreno específico en el saco

Albuixech, Juan José

Editorial: Alas
ISBN: 9788420303130
Páginas: 176
Dimensiones: 17 x 24 cm
Encuadernación: Rústica
PVP.: 12,00 €
Coleccion: Deportes de contacto

SINOPSIS

Exhaustivo estudio del trabajo en el saco y sus variantes. Golpes de codo y rodilla. Anticipación, esquivas, estrategia. Boxeo inglés, cuerpo a cuerpo. Un libro muy técnico y completo.