



Livre

Auteur(s) : Le Bivic, Jean (Auteur) ;Richefort, Jean-Michel (Auteur)

Titre(s) : [Le]vélo pour tous [Texte imprimé] : sport passion, sport technique, sport santé / Jean Le Bivic, Jean-Michel Richefort ; préface Henri Sanier.

Editeur(s) : Gap : Désiris, 2008.

Résumé : Ce guide du vélo pour amateurs ou professionnels donne des informations sur les bienfaits du vélo, le choix du matériel, les muscles et le pédalage, l'entraînement, les pathologies du cycliste, la préparation d'une randonnée, la nutrition, les massages et les étirements, les termes spécifiques, la prévention et la sécurité, etc.

Notes : Adresses utiles. Sites web. Lexique. Bibliogr.

Sujet(s) : Cyclisme : Manuels d'amateurs

Indice(s) : 796.6



Exemplaires

Cote	Support	Section	Localisation	Situation	Date retour	Titre	N° partie	Titre partie
SPO 796	Livre	Adulte	Documentaire	En rayon		[Le]vélo pour tous		