
airvault - Recherche BENEZIS CHRISTIAN



REPRENDRE LE SPORT

160 SÉANCES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE VARIÉES ET PROGRESSIVES
POUR ÊTRE + MOCHE, + TONIQUE, + EN FORME

• SÉANCES ILLUSTRÉES POUR TOUTS NIVEAUX • 4 COUCHES, 400 ILLUSTRATIONS, 160 SÉANCES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE VARIÉES ET PROGRESSIVES POUR ÊTRE + MOCHE, + TONIQUE, + EN FORME • 160 SÉANCES ILLUSTRÉES POUR TOUTS NIVEAUX



Titre : Reprendre le sport

Auteur : Seners, Patrick

Editeur : T. Souccar

Date édition : 2012

Collections : Mon coach remise en forme

Support : Livre