Cualidades físicas

[

Generelo Lanaspa, Eduardo
Tierz Gracia, Paz

Imagen y deporte,
[2007?]

Material Proyectable

https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:38443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vNjA0MDUyNA

Título: Cualidades físicas DVD]

Editorial: Granada Imagen y deporte [2007?]

Descripción física: 2 DVD-Vídeo (PAL)(30, 30 min.) son., col. + 2 libros (113, 141 p.)

Mención de serie: Educación y deporte . Iniciación deportiva 14, 15

Contenido: Contiene: DVD I. La resistencia.-- DVD II. La flexibilidad.-- DVD III. Velocidad y agilidad. Fichas. Flexibilidad y resistencia -- Libro I, Resistencia y flexibilidad / Eduardo Generelo Lanaspa, Paz Tierz Gracia. -- Libro II, Fuerza, velocidad, agilidad y calentamiento / Eduardo Generelo Lanaspa, Paz Tierz Gracia

Materia: Entrenamiento (Deportes) Ejercicio.

Autores: Generelo Lanaspa, Eduardo Tierz Gracia, Paz