



Guía completa del entrenamiento de la fuerza : fundamentos científicos, programas de entrenamiento, ejercicios para cada grupo muscular, estrategias dietéticas /

Bean, Anita

Tutor,
2000

Monografía

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:28443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vODUxNjUxMg>

Título: Guía completa del entrenamiento de la fuerza fundamentos científicos, programas de entrenamiento, ejercicios para cada grupo muscular, estrategias dietéticas Anita Bean

Editorial: Madrid Tutor 2000

Descripción física: 207 p. il. 22 cm

Mención de serie: En forma / Tutor

Nota general: Índice

Copyright/Depósito Legal: M 37778-2000

ISBN: 84-7902-208-6

Materia: Entrenamiento de la fuerza Culturismo Efectos fisiológicos Nutrición

Punto acceso adicional serie-Título: En forma (Tutor)

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- informa@baratz.es