

*Librería*  
***Bonilla y Asociados***  
*desde 1950*



**Título:** Guia de la Musculacion

**Autor:** Trunz-Carlisi Elmar

**Precio:** \$515.00

**Editorial:**

**Año:** 2007

**Tema:**

**Edición:** 2ª

**Sinopsis**

**ISBN:** 9788425516030

Encauzar el entrenamiento muscular profesional. Con esta exigencia, el presente libro no sólo se dirige a los profesionales, sino también a todas aquellas personas dispuestas a invertir tiempo y energía para mejorar consecuentemente su figura, postura, salud y capacidad de rendimiento. Con el "libro práctico de entrenamiento de la musculatura" entrena con los fundamentos más actuales del conocimiento científico. La teoría y la práctica se engranan la una con la otra.