

Librería
Bonilla y Asociados
desde 1950



Título: Libro de Pilates, El. Una Guía Para Mejorar el Tono Muscular, la Flexibilidad Y

Autor: Gavin, Joyce

Precio: \$129.00

Editorial:

Año: 2006

Tema:

Edición: 1ª

Sinopsis

ISBN: 9781405477765

Completa guía instructiva con programa de ejercicios completo y estructurado, resume la historia y la filosofía de pilates y enseña técnicas de respiración y concentración mental.