

Librería  
**Bonilla y Asociados**  
desde 1950



**Título:** Manual Nsca. Fundamentos del Entrenamiento Personal

**Autor:** Earle Roger/ Baechle Thomas

**Precio:** \$1750.00

**Editorial:**

**Año:** 2008

**Tema:**

**Edición:** 1<sup>a</sup>

**Sinopsis**

**ISBN:** 9788480199421

Más de 240 fotografías a todo color que muestran y explican con precisión la técnica correcta de los estiramientos , el entrenamiento anaeróbico, el entrenamiento aeróbico y los ejercicios pliométricos. Una herramienta insustituible para la preparación del examen de NSCA-Certified Personal Trainer.