

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



**Título:** En Forma Con Estiramientos.

**Autor:** Gordon, Alan.

**Precio:** \$290.00

**Editorial:**

**Año:**

**Tema:**

**Edición:**

**Sinopsis**

**ISBN:** 9788420552231

Con más de 30 ejercicios y 270 fotografías en color, podrá :  
Aprender a estirar de forma segura y eficaz, con calentamientos y asesoramiento técnico.  
Practicar estiramientos suaves para zonas específicas del cuerpo.