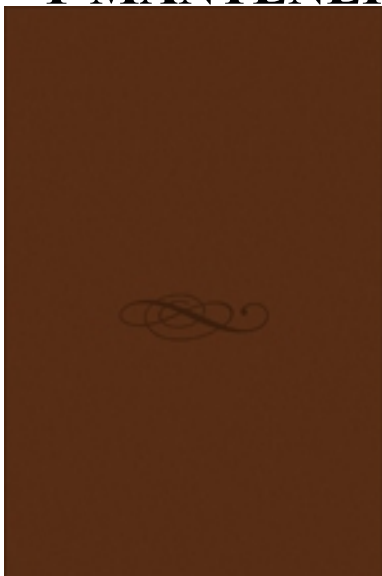


CAMINAR. WALKING, UN NUEVO MODO DE CAMINAR, UNA TÉCNICA SUAVE PARA GOZAR Y MANTENER UN AGRADABLE BIENESTAR



ISBN: mkt0003968074

Autor: GUDRUN DALLA VÍA

Categoría: Libro antiguo y de ocasion

[CAMINAR. WALKING, UN NUEVO MODO DE CAMINAR, UNA TÉCNICA SUAVE PARA GOZAR Y MANTENER UN AGRADABLE BIENESTAR.pdf](#)

[CAMINAR. WALKING, UN NUEVO MODO DE CAMINAR, UNA TÉCNICA SUAVE PARA GOZAR Y MANTENER UN AGRADABLE BIENESTAR.epub](#)

1997 Editorial Ibis. Rústica con solapa.

Excelente estado. 132 pg. Colección Mandrágora. Cuerpo y Mente. El walking es un deporte fácil y adecuado para todos. Procura notables beneficios, no sólo físicos sino también psíquicos. Es un excelente remedio antiestrés.

Este libro detalla toda la información técnica sobre como caminar correctamente, como confeccionar un programa de entrenamiento que tenga en cuenta las condiciones físicas y los objetivos fijados. Medicina natural. Terapias.

Deportes. Libro descatalogado