Título:

Autor:

Precio: $1750.00

Editorial:

Año: 2008

Tema:

Edición: 1ª

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.