

Stretching



Suzanne Martin

Stretching Scarica PDF

Lo stretching è fondamentale per chi desidera mantenersi agile e in buona forma, oltre a essere adatto a persone di ogni età e occupazione. Questa guida propone una serie di facili esercizi da eseguire a casa e da inserire tra le vostre attività quotidiane.



Leggere il libro online, Scarica PDF (ePub, fb2, mobi) Libro Stretching Suzanne Martin.