

# MUSCULACIÓN. ENTRENAMIENTO AVANZADO



**BOMPA, TUDOR O.;CORNACCHIA, LORENZO J.**

## SINOPSIS

Periodización del entrenamiento para conseguir fuerza y masa muscular: programas, rutinas y dietas...

|                           |   |
|---------------------------|---|
|                           |   |
| <b>Editorial</b>          | HISPANO EUROPEA                             |
| <b>Materia</b>            | Libros de ejercicio y entrenamiento físicos |
| <b>EAN</b>                | 9788425514111                               |
| <b>Status</b>             | Disponible                                  |
| <b>Encuadernación</b>     | Tapa blanda                                 |
| <b>Páginas</b>            | 288   |
| <b>Tamaño</b>             | 27x19x0 mm.                                 |
| <b>Peso</b>               | 1170  |
| <b>Precio (Imp. inc.)</b> | 29,00€                                      |