baratz | ODA

Entrenamiento de la fuerza : fundamentos, métodos, ejercicios y programas de entrenamiento /

Ehlenz, Hans
Zimmermann, Elke
Grosser, Manfred

Martínez Roca,
1993

Monografía

Este libro estudia en profundidad los fundamentos científicos del entrenamiento de la fuerza, describe pormenorizadamente los diferentes métodos que se practican hoy en día y propone un amplio muestrario de programas específicos

https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:28443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMzIyNTUyMzA

Título: Entrenamiento de la fuerza : fundamentos, métodos, ejercicios y programas de entrenamiento Ehlenz, Grosser, Zimmermann

Editorial: Madrid Martínez Roca 1993

Descripción física: 175 p. 22 cm

Mención de serie: Deportes Técnicas 0

Bibliografía: Bibliografía: p. 171-172

Copyright/Depósito Legal: B 29144-1990

ISBN: 84-270-1448-1

Materia: Entrenamiento deportivo

Autores: Ehlenz, Hans Zimmermann, Elke Grosser, Manfred

Baratz Innovación Documental

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60

- informa@baratz.es