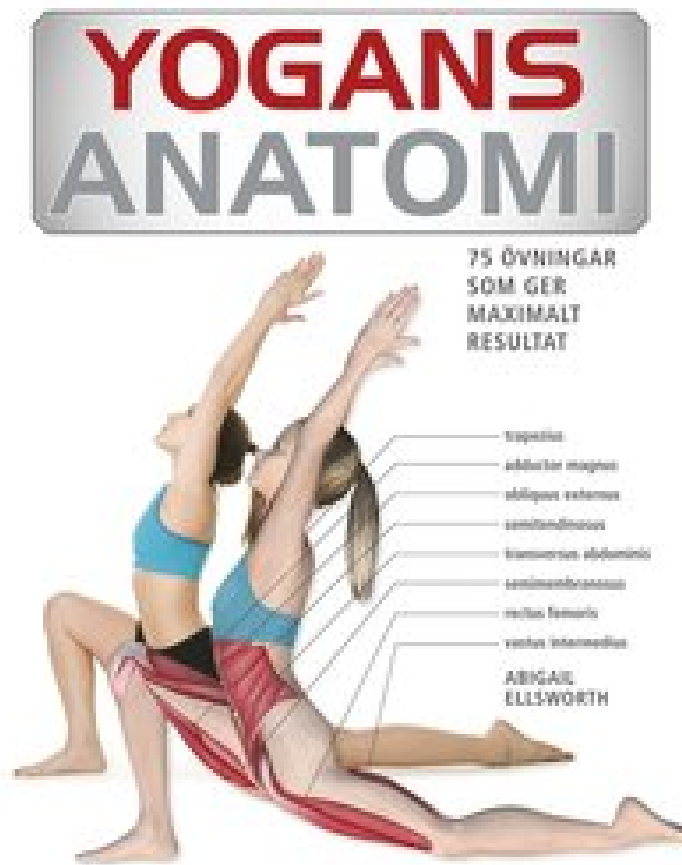


Keywords: Yogans anatomi : 75 övningar som ger maximalt resultat PDF pdf bok på svenska, ladda ner Yogans anatomi : 75 övningar som ger maximalt resultat ePUB, Yogans anatomi : 75 övningar som ger maximalt resultat las online, Yogans anatomi : 75 övningar som ger maximalt resultat download

Yogans anatomi : 75 övningar som ger maximalt resultat PDF

Leslie Kaminoff, Amy Matthews



Det här är bara ett utdrag ur Yogans anatomi : 75 övningar som ger maximalt resultat bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



DOWNLOAD PDF

Författare: Leslie Kaminoff, Amy Matthews

ISBN-10: 9789176175729

Språk: Svenska

Filesize: 2894 KB

BESKRIVNING

Ju bättre du känner och förstår din kropp desto mer får du ut av din yoga. Vad händer i din kropp när du utövar yoga? Den här boken ger dig de insikter och kunskaper du behöver för att maximera din yoga. Med hjälp av anatomiska genomskärningar av kroppen kan du tydligt se hur olika muskler arbetar vid olika övningar och asana (ställningar). På så sätt blir det lättare att förstå hur du korrekt ska utföra övningarna och få ut det mesta möjliga av din yoga.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Fler titlar i samma serie: Yogans anatomi: 75 övningar som ger maximalt resultat ... Stretchingens anatomi: 100 övningar som ger maximalt resultat av Craig Ramsay;

Pris: 76 kr. E-bok, 2016. Laddas ned direkt. Köp boken Styrketräningens anatomi : 75 övningar som ger maximalt resultat av Pat Mannocchia (ISBN 9789176175651) hos ...

Anatomi: styrketräning för kvinnor - 70 övningar som ger maximalt resultat (E-bok, 2016) ... Yogans anatomi: 75 övningar som ger maximalt resultat (Flexband, 2012)

YOGANS ANATOMI : 75 ÖVNINGAR SOM GER MAXIMALT RESULTAT

[Fortsätt läsa...](#)