



LA MARCHÉ ET LA PERFORMANCE SPORTIVE

By BRIGAUD FREDERIC

DESIRIS, 2011. Couverture souple. Book Condition: Neuf. Savez-vous que la façon dont vous posez votre pied détermine sa forme ? Savez-vous qu'il est possible de stabiliser, dynamiser, potentialiser vos jambes pour n'importe quelle discipline sportive en apprenant à marcher ? La compréhension et la maîtrise du déroulement du geste depuis la marche jusque dans la pratique sportive sont synonymes de performance et de préservation. Cet ouvrage vous propose une approche pratique de la biomécanique, globaliste, immédiatement applicable, en dévoilant l'interaction entre les différents éléments osseux qui interviennent dans la marche, la course, etc.



READ ONLINE
[5.77 MB]

Reviews

Good eBook and helpful one. It really is written in straightforward words and phrases and never confusing. I am just effortlessly could possibly get a enjoyment of looking at a published book.

-- **Romaine Rippin**

The book is great and fantastic. it absolutely was written very properly and beneficial. It is extremely difficult to leave it before concluding, once you begin to read the book.

-- **Lyda Davis II**