

EXERCÍCIO E MOVIMENTO

Abordagem anatômica

GUIA PARA O ESTUDO DE DANÇA,
PILATES, ESPORTES E YOGA

JO ANN STAUGAARD-JONES



Resumo de Exercício e Movimento. Abordagem Anatômica. Guia Para o Estudo de Dança, Pilates, Esportes e Yoga

Esta obra foi projetada para fornecer um equilíbrio de informações teóricas sobre músculos e movimentos, com foco em articulações específicas.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)