

ABIGAIL ELLSWORTH
PEGGY ALTMAN

MASSAGEM

ANATOMIA ILUSTRADA

Guia completo de técnicas básicas de massagem



Resumo de Massagem. Anatomia Ilustrada. Guia Completo de Técnicas Básicas de Massagem

Uma boa massagem pode beneficiar o corpo de inúmeras maneiras, seja para relaxar músculos tensos, aumentar a amplitude do movimento das articulações, melhorar a circulação ou oferecer alívio a um atleta lesionado.

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