

METODO MORI, EL

MORI, TAKURO



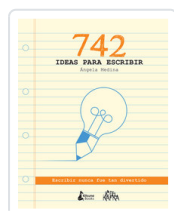
SINOPSIS

Reajusta tu cuerpo en solo 1 mes con los sencillos estiramientos del entrenador japonés de las estrellas. Todos sabemos lo importante que es estirar y ejercitar los músculos, pero a menudo buscamos excusas y nos falta fuerza de voluntad. Para todas aquellas personas que quieren cambiar su figura y sentirse bien consigo mismas llega El método Mori. Takuro Mori, uno de los entrenadores personales más conocidos de Japón, donde trabaja con modelos y actrices de éxito, nos trae en este libro un programa de estiramientos sencillos aptos para todas las edades con los que, en tan solo un mes, estilizarás y fortalecerás el tren inferior, corregirás la postura, ganarás flexibilidad y te sentirás mejor en tu propio cuerpo. ¡Siente el efecto del método Mori y presume de piernas esbeltas! ...

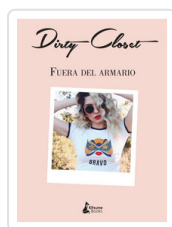


Editorial	KITSUNE BOOKS
Materia	LIBROS DE EJERCICIO Y ENTRENAMIENTO FISICOS
Colección	KITSUNE
EAN	9788418524042
Status	Disponible
Páginas	128
Tamaño	150x230x11 mm.
Peso	100
Precio (Imp. inc.)	9,90€
Fecha de lanzamiento	22/09/2021

Títulos relacionados



742 IDEAS PARA ESCRIBIR
MEDINA, ANGELA



DIRTY CLOSET
CLOSET, DIRTY



DULCES PARA EL VERANO
DENIZ, JESSICA



KUNDALINI YOGA PARA EMBARAZADAS
GURMUKH