

# METODO HOLLYWOOD EL



## WATERSON, SIMON

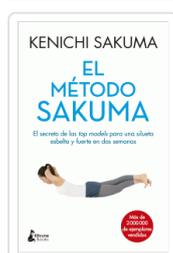
### SINOPSIS

POR PRIMERA VEZ, SIMON WATERSON, EL ENTRENADOR DE LAS ESTRELLAS DE HOLLYWOOD, COMPARTE SU PROGRAMA DE EJERCICIO: RECUPERA TU FORMA FISICA EN SOLO 10 SEMANAS CON SU METODO DE FITNESS INTELIGENTE. Piensa en cualquier actor de Hollywood que se haya puesto en forma de manera increíble. Es muy probable que el artífice del cambio sea Simon Waterson, y 10 semanas es el tiempo que normalmente pasa con sus clientes para que alcancen la forma física óptima para interpretar un papel. ¿Ahora, Simon comparte por primera vez su programa para que cualquier persona pueda entrenar como las estrellas, utilizando su método de Fitness Inteligente para ponerte en forma en solo 10 semanas. Con fotografías que ilustran el paso a paso de los ejercicios y consejos motivacionales, este es el programa de entrenamiento definitivo, independientemente de tu nivel de forma física. ...



Editorial	KITSUNE BOOKS
Materia	<Genérica>
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788416788750
Status	Disponible
Páginas	224
Tamaño	17xx20 mm.
Peso	200
Precio (Imp. inc.)	21,90€
Idioma	Español

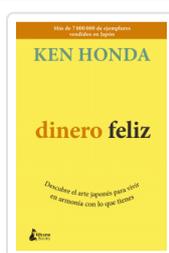
### Títulos relacionados



METODO SAKUMA, EL  
SAKUMA, KENICHI



RECONQUISTA TU TIEMPO  
GIULIADORI, ANDREA



DINERO FELIZ  
HONDA, KEN



ARMAS PARA VOLAR  
DORIAN