

Livre Defendez-Vous

Livre Defendez-Vous KMG FRANCE SHOP

Prix:

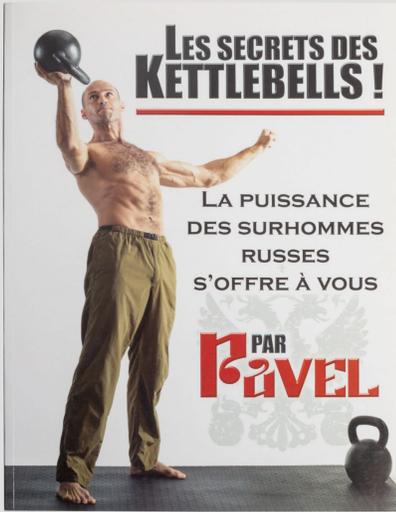
Description Produit

Avez-vous peur de ne pas savoir comment réagir en cas d'agression ? Craignez-vous de rester tétanisé si on vous agresse dans la rue ? Avez-vous envie de connaître des gestes simples à apprendre et à mettre en œuvre pour éviter d'être attaqué ou gérer une attaque dans les meilleures conditions ? Avez-vous envie d'apprendre des gestes simples pour éviter d'être attaqué ou pour gérer au mieux une attaque ?

Livre Kettelbell

Livre Kettelbell KMG FRANCE SHOP

Prix:



Description Produit

Ce livre est la traduction française de l'ouvrage de référence international sur le sujet des Kettlebells: Enter the Kettlebell. Au travers de ce livre Pavel expose une méthode originale infaillible qui vous garantit la réussite – à condition de suivre simplement les consignes. Développer une force universelle pour répondre facilement aux exigences les plus difficiles et les plus surprenantes
