



## Der neue Muskel Guide: Gezieltes Krafttraining · Anatomie · Mit Poster



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically



## **Downloaden und kostenlos lesen Der neue Muskel Guide: Gezieltes Krafttraining · Anatomie · Mit Poster Frédéric Delavier**

---

192 Seiten

Kurzbeschreibung

Der Klassiker: ein wirkungsvolles, individuelles Krafttraining selbst zusammenstellen. Übungen zum gezielten Aufbau einzelner Muskelgruppen, dargestellt in einzigartig präzisen anatomischen Zeichnungen. Anatomie und Funktion der Muskulatur. Über den Autor und weitere Mitwirkende

**Frédéric Delavier** genießt als Autor internationales Renommee. Er studierte Morphologie (Gestaltlehre) an der Schule der Schönen Künste in Paris sowie vergleichende Anatomie im naturhistorischen Museum und nahm zudem an Sezierkursen der medizinischen Fakultät teil. Er ist französischer Vizechampion im Gewichtheben (1990). Delavier arbeitet als Redakteur für die Zeitschrift „Le Monde du Muscle“ (Die Welt der Muskeln) und schreibt Artikel für zahlreiche Zeitschriften und Fachpublikationen weltweit, so zum Beispiel für „Iron Man“ in den USA und „Men’s Health“ in Frankreich, Deutschland und Italien. Im Zusammenhang mit seinen Büchern hat er diverse Artikel in der amerikanischen Zeitschrift „Journal of Vertebrate Paleontology“ veröffentlicht.

Download and Read Online Der neue Muskel Guide: Gezieltes Krafttraining · Anatomie · Mit Poster Frédéric Delavier #YOBFTZ3MJ85

Lesen Sie Der neue Muskel Guide: Gezieltes Krafttraining · Anatomie · Mit Poster von Frédéric Delavier für online ebookDer neue Muskel Guide: Gezieltes Krafttraining · Anatomie · Mit Poster von Frédéric Delavier Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Der neue Muskel Guide: Gezieltes Krafttraining · Anatomie · Mit Poster von Frédéric Delavier Bücher online zu lesen. Online Der neue Muskel Guide: Gezieltes Krafttraining · Anatomie · Mit Poster von Frédéric Delavier ebook PDF herunterladenDer neue Muskel Guide: Gezieltes Krafttraining · Anatomie · Mit Poster von Frédéric Delavier DocDer neue Muskel Guide: Gezieltes Krafttraining · Anatomie · Mit Poster von Frédéric Delavier MobipocketDer neue Muskel Guide: Gezieltes Krafttraining · Anatomie · Mit Poster von Frédéric Delavier EPub