

1. Record Nr.	UNISALENTO991004248536007536
Autore	Ranzetti, Ugo
Titolo	Cammina o corri per la tua salute : effetti terapeutici del cammino e della corsa. Manuale d'uso per adulti, anziani, sedentari di tutte le etÃ . camminare per star bene. Correre per star meglio. Elisir di lunga vita / Ugo Ranzetti
ISBN	9788860284501
Descrizione fisica	139 pages : illustrations ; 25 cm
Collana	Allenamento sportivo
Disciplina	613.7
Soggetti	Running - Training Sports medicine - Study and teaching
Lingua di pubblicazione	Italiano
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia