



Etre en forme et en pleine santé : revenir à l'essentiel

[Guyot, Patrick \(1958-....\). Auteur](#)

Édité par [Amphora](#) - 2017

Un guide pour améliorer sa forme grâce à une activité physique et une alimentation naturelle.



- [Contient](#)
- [Sujets](#)
- [Description](#)

Editeur

Amphora. Paris

Langue

français

Description physique

1 vol. (288 p.). illustrations en couleur. 26 x 20 cm

Document

Livre

Sujets

- [Exercices physiques](#)
- [Condition physique](#)
- [Diététique](#)