



[1]

Repères:

- Mardi de 18h45 à 19h30

Cours de renforcement musculaire général où l'on utilise une barre à poids ajustable ainsi que la méthode de musculation suspendue.

Accessible à tous.

Source URL: <https://bulleo.epernay-agglo.fr/barre-et-trx-entrainement-musculaire-en-suspension>

Liens

[1] https://bulleo.epernay-agglo.fr/sites/epernay-agglo/files/image/bulleo/groupe_1.jpg