



BIBLIOTECA

ginástica
1200 exercícios

1200 EXERCÍCIOS DE GINÁSTICA
KOS, BOHUMIL
Editorial Estampa, Lisboa 1982



Cota 20

Principais temas abordados

- ⚽ Parte 1 – Exercícios sem aparelhos
- ⚽ Parte 2 – Exercícios com aparelhos manuais
- ⚽ Parte 3 – Exercícios de ginástica com utilização de aparelhos