

تمرینات پیشرفته ورزشی

قابل اجرا در منزل

(ویژه ایام قرنطینه و اوقات فراغت در منزل)

مناسب برای ورزشکاران جهت حفظ آمادگی

و سایر افراد جهت حفظ سلامتی

مؤلف: ری موندو جی

مترجم: رضا رضایی

سرشناسه

عنوان و پدیدآور

مشخصات نشر

مشخصات ظاهری

شابک

وضعیت فهرست نویسی

موضوع

یادداشت

رده بندی کنگره

رده بندی دیوبنی

شماره کتابشناسی ملی

: ری موندو، جی.

: تمرینات ورزشی پیشرفته / جی ری موندو؛ مترجم رضا رضایی.

: مشهد: مؤسسه فرهنگی، هنری و انتشاراتی ضریح آفتاب، ۱۴۰۰.

: ۱۲۶ ص.: مصور (بخشی رنگی).

: ۹۷۸-۶۰۰-۴۷۶-۵۱۱-۴

: فیبا

: تمرین های ورزشی -- جنبه های فیزیولوژیکی - کووید-۱۹ -- پیشگیری

: Covid ۱۹ home workouts... عنوان اصلی

: RA ۷۸۱

: ۶۱۳۷۱

: ۸۴۱۳۳۶۹

مرکز بخش:

موسسه فرهنگی و انتشاراتی ضریح آفتاب - جنبه های فیزیولوژیکی - کووید-۱۹ -- پیشگیری

تلفن: ۰۵۱ - ۳۲۲۸۳۴۲۲ * دفتر نشر: ۰۵۱ - ۳۲۲۸۰۱۶۷

تلفن بازرگانی: ۰۵۱ - ۳۲۲۸۱۴۱۰

Email: zarihaftab@gmail.com - Website: www.zarihaftab.ir

نام کتاب

تمرینات ورزشی پیشرفته

مؤلف

رضا رضایی

ناشر

مؤسسه فرهنگی، هنری و انتشاراتی ضریح آفتاب

طراح و صفحه آرای

مؤسسه فرهنگی، هنری و انتشاراتی ضریح آفتاب

نوبت چاپ

اول ۱۴۰۰

قطع

وزیری

شمارگان

۲۰۰ نسخه

قیمت

۹۰۰۰۰ تومان

چاپ

قدیمی

شابک

۹۷۸-۶۰۰-۴۷۶-۵۱۱-۴

کلیه حقوق این اثر برای انتشارات ضریح آفتاب محفوظ است