

کلیستیکس برای مبتدیان

مَت شفلی

www.ketab.ir

مترجمان

دکتر مجتبی صالح پور

(استادیار دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی)

راحیل آتشگاهیان

سرشناسه

: شیفرل، مت Schifferle, Matt

عنوان و نام پدیدآور

: کالیستنیکس برای مبتدیان / مفت شلی؛ مترجمان مجتبی صالح‌پور، راحیل آتشگاهیان.

مشخصات نشر

: تهران: پادینا، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری

: ۱۱۶ ص.

شابک

: ۹۷۸-۶۲۲-۲۹۴-۰۱۳-۳ ریال ۴۰۰۰۰۰

وضعیت فهرست نویسی : قیفا

یادداشت

: عنوان اصلی: Calisthenics for Beginners: Step-by-Step Workouts to Build Strength at Any Fitness Level, 2020.

موضوع

: حرکات‌های نرمشی Calisthenics

موضوع

: آمادگی جسمانی Physical fitness

شناسه افزوده

: صالح‌پور، مجتبی، ۱۳۵۷ - مترجم

شناسه افزوده

: آتشگاهیان، راحیل، ۱۳۵۸ - مترجم

رده بندی کنگره

: GV۴۸۱

رده بندی دیویی

: ۷۱۴/۶۱۳

شماره کتابشناسی ملی

: ۷۶۰۷۷۵۱

کالیستنیکس برای مبتدیان

(آموزش گام به گام افزایش قدرت در هر سطح آمادگی جسمانی)

مؤلف

مت شفلی

مترجمان

دکتر مجتبی صالح‌پور و راحیل آتشگاهیان

ناشر: انتشارات پادینا

طراحی جلد و صفحه‌آرایی: انتشارات پادینا

نوبت چاپ: اول (۱۴۰۰)

شمارگان: ۵۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۹۴-۰۱۳-۳

چاپ و صحافی: سامان

قیمت: ۴۰۰۰۰ تومان



میدان انقلاب، ابتدای کارگر جنوبی، کوچه رشتچی پلاک ۷، واحد ۳، انتشارات پادینا

تلفن: ۷۷۴۲۱۷۵۷ و ۱۷-۶۶۹۴۹۱۱۵ (۰۲۱) همراه: ۰۹۰۲۵۰۸۸۳۸۱

www.padinapub.com padina.pub@gmail.com