



دوره آموزش ورزشهای معلق مقاومتی تمام بدن:
کتبل ۲

**TOTAL BODY RESISTANCE EXERCISES SUSPENSION
TRAINING COURSE: KETTLEBELL 2**

گل آرا خاندهی



وزارت ورزش و جوانان

سرشناسه	:	خانقاهی، گل آرا، ۱۳۶۳ -، گردآورنده، مترجم
عنوان و نام پدیدآور	:	دوره آموزشی ورزشهای معلق مقاومتی تمام بدن (کتبل ۲) = Total body resistance
معلق مقاومتی تمام بدن ایران، وزارت ورزش و جوانان، فدراسیون ورزشهای همگانی، انجمن آمادگی جسمانی و ایروبیک.	:	kettlebell 2 :suspension training course exercises / تألیف و ترجمه گل آرا خانقاهی؛ [برای] برای کمیتہ تمرینات
مشخصات نشر	:	تهران: آیندگان، ۱۳۹۶. مشخصات ظاهری: ۶۰ ص: مصور، جدول.
شابک	:	978-600-398-044-0
وضعیت فهرست نویسی	:	یادداشت: این کتاب از منابع مختلف گردآوری و ترجمه گردیده است.
موضوع	:	فیها تمرینهای ورزشی -- دستنامهها
موضوع	:	Exercise -- Handbooks, manuals, etc
موضوع	:	تمرینهای ورزشی -- ابزار و وسایل
موضوع	:	Exercise -- Equipment and supplies
موضوع	:	آمادگی جسمانی موضوع: Physical fitness
شناسه افزوده	:	کتابت معلق مقاومتی تمام بدن ایران
رده بندی کنگره	:	۶۱۳/۷۱ رده بندی دیویی: ۶۱۳/۷۱
شماره کتابشناسی ملی	:	۴۶۰۰۱۹



دوره آموزشی ورزشهای معلق مقاومتی تمام بدن: کتبل ۲
TOTAL BODY RESISTANCE EXERCISES SUSPENSION TRAINING
COURSE: KETTLEBELL 2

ترجمه و تألیف: گل آرا خانقاهی
ناشر: آیندگان

نوبت چاپ اول: ۱۳۹۶
تیراژ: ۱۰۰۰ مجلد

چاپ: بهمن
قیمت: ۲۲۳۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۹۸-۰۴۴-۰