

MUSCLES

LE MONDE DU

25^e année de parution

MUSCULAIRE - FITNESS - NUTRITION

DOSSIER :

LES NUTRIMENTS ESSENTIELS

SANTÉ NUTRITION

PROTEINES:
TOUT SUR LES NOUVEAUX CONCEPTS

3615 BICEPS



ENTRAÎNEMENT

MUSCLES DE L'ABDOMEN:
LES CLES DE LA VITALITÉ

INTERVIEW

MELISSA HALL

CONCOURS

CHAMPIONNATS DU MONDE IFBB

Prêts pour le Mondial
Body Fitness ?

M 2025 - 197 - 30,00 F



BON DE REDUCTION
PAGE 115 !