

VOLEIBOL

1000 EXERCÍCIOS

7ª edição



OTO MORAYA DE CARVALHO

SPRINT

Resumo de Voleibol. 1000 Exercícios

Uma coletânea de educativos para aprendizado, aperfeiçoamento e treinamento dos fundamentos do Voleibol. O autor sugere diversos exercícios para: saque, toque por cima, manchete, recepção de saque, levantamento, cortada, bloqueio, defesa, completando ainda com exercícios combinados.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)