

Kirjan kirjoittaja Frédéric Delavier on lahjakas taiteilija, joka tietää paljon ihmisen anatomiasta. Hän opiskeli muoto-oppia ja anatomiaa viisi vuotta arvostetussa École des Beaux-Artsissa Pariisissa sekä dissektiota kolme vuotta Pariisin yliopiston lääketieteellisessä tiedekunnassa.

Delavier on ranskalaisen PowerMag-lehden entinen päätoimittaja. Nykyään hän kirjoittaa artikkeleita ranskalaiseen Le Monde du Muscle -lehteen ja moniin muihin lihaksia käsitteleviin julkaisuihin, kuten Men's Health Germanyyn.

Delavier voitti Ranskan voimanoston mestaruuden vuonna 1988 ja opettaa vuosittain Sveitsissä biomekaniikan käyttöä urheilussa. Hän on saanut opetustyöstään Grand Prix de Techniques et de Pédagogie Sportive -palkinnon. Delavier asuu Pariisissa.