

<<超越完美健身>>

图书基本信息

书名：<<超越完美健身>>

13位ISBN编号：9787202059647

10位ISBN编号：7202059649

出版时间：2011-8

出版时间：河北人民出版社

作者：石家庄超越健身 编

页数：79

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<超越完美健身>>

内容概要

本书主要内容包括：5招锁定你的健身卡；一眼找到你的教练；变形金刚——那些又爱又恨的器械；热情似火的团体课等。

<<超越完美健身>>

书籍目录

5招锁定你的健身卡
一眼找到你的教练
变形金刚——那些又爱又恨的器械
热情似火的团体课
24招打造完美身材

<<超越完美健身>>

章节摘录

版权页：插图：

<<超越完美健身>>

编辑推荐

《超越完美健身:健身房使用手册》由河北人民出版社出版。

<<超越完美健身>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>