

图书基本信息

书名：<<科学健身-知名专家进社区谈医说病>>

13位ISBN编号：9787502598235

10位ISBN编号：7502598235

出版时间：2007-2

出版时间：化学工业出版社

作者：周琴璐

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>

内容概要

生命在于运动，然而不科学的运动方式反而会给身体带来危害。

本书以问答的形式从运动健身的常见方法、注意事项、运动的基本方式等方面进行了系统全面的论述，通俗易懂。

相信读者看了本书可找到满意的运动处方，达到更好的健身效果!本书适合广大运动爱好者阅读，也可作为社区医生及社区健康宣教的读本。

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>