

<<竞技运动全营养辨证施膳技术研究>>

图书基本信息

书名：<<竞技运动全营养辨证施膳技术研究>>

13位ISBN编号：9787564406639

10位ISBN编号：7564406631

出版时间：2011-8

出版时间：赵鹏、于雅婷 北京体育大学出版社 (2011-08出版)

作者：赵鹏，于雅婷 著

页数：118

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>

<<竞技运动全营养辨证施膳技术研究>>

内容概要

竞技运动全营养辨证施膳技术研究, ISBN : 9787564406639, 作者 : 赵鹏, 于雅婷 著

## <<竞技运动全营养辨证施膳技术研究>>

### 书籍目录

序言第一章 中医食疗现代化研究 一、每日用餐次数研究 二、每餐食物所含热量(能量供给合理性)研究 三、每餐食物种类及数量研究 四、每餐食物应含有的营养素及均衡方法研究 五、每餐食物的阴阳平衡关系研究 六、每日饮食的功效研究 七、饮食养生的五行规律研究 八、经络检测及临床意义研究 九、全营养辨证施膳技术分析路线第二章 食物的分类方法研究 一、肝系统常用食物研究 二、心系统食物研究 三、脾系统常用食物研究 四、肺系统常用食物研究 五、肾系统常用食物研究第三章 竞技运动全营养辨证施膳技术研究 一、竞技运动的“一补”技术研究 二、竞技运动的“三餐”技术研究 三、竞技运动的“一饮”技术研究 四、竞技运动的体能(ZT)控制规律研究 五、2008年北京奥运会全营养辨证施膳服务的效果 六、竞技运动营养恢复体系路线图

## <<竞技运动全营养辨证施膳技术研究>>

### 编辑推荐

赵鹏编著的《竞技运动全营养辨证施膳技术研究(精)》中介绍的全营养辨证施膳是以中医理论为基础，利用经络检测技术对人体营养进行数字化辨证分析，指导食物原料配伍组方及物质计算，以达到平衡人体营养作用的中医现代食疗技术。

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>