

# 攀跃巅峰-高科技与体育-科普热点丛书



[攀跃巅峰-高科技与体育-科普热点丛书 下载链接1](#)

著者:阎民

出版者:科学普及出版社

出版时间:1999-04

装帧:平装

isbn:9787110045930

在一个文化生活成为大众首要关注对象的时代，体育无疑要成为一切焦点中的焦点。人的潜能有多大？人体的极限是多少？运动的能量来自何方？如何有一个强健的体魄？还有，兴奋剂为什么引起国际论的广泛谴责？这一切，无疑都是人们感兴趣的话题。

作者介绍:

目录: 第一篇 体育之火与科技之光  
一个全新的命题：科技和体育的互动  
体育之“体”的科学解析  
体育之“体”的科学运用  
奥林匹克：科技支持体育的典范  
第二篇 科技与竞技体育--更高、更快、更强  
科技是竞技体育发展的第一推动力  
体育训练科学化  
计算机与现代运动训练  
高科技与运动训练  
现代运动训练的科学选材  
现代运动训练的科学方法  
运动性疲劳与高交通恢复

营养与运动能力

血乳酸与现代运动训练

部分竞技体育项目的科学训练方法

第三篇 科技与健身体育--祛病、强身、益寿

走向全民健身的必由之路

健身方法与手段

强身有术--中国传统健身项目

祛病防病--体育疗法

春夏秋冬，练身健体

科学健美方略

后记

• • • • • (收起)

[攀跃巅峰-高科技与体育-科普热点丛书 下载链接1](#)

标签

评论

[攀跃巅峰-高科技与体育-科普热点丛书 下载链接1](#)

书评

[攀跃巅峰-高科技与体育-科普热点丛书 下载链接1](#)