

# 社区健身指导手册



[社区健身指导手册\\_下载链接1](#)

著者:张怀钊

出版者:北京体育大学出版社

出版时间:2003-8-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787810519861

本书图文并茂，运用生动易懂的文字，以基本理论为基础，介绍了走跑健身运动，提供

了健身路径锻炼图解，并对社区健身常识进行介绍。

作者介绍:

目录:

[社区健身指导手册\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[社区健身指导手册\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[社区健身指导手册\\_下载链接1](#)