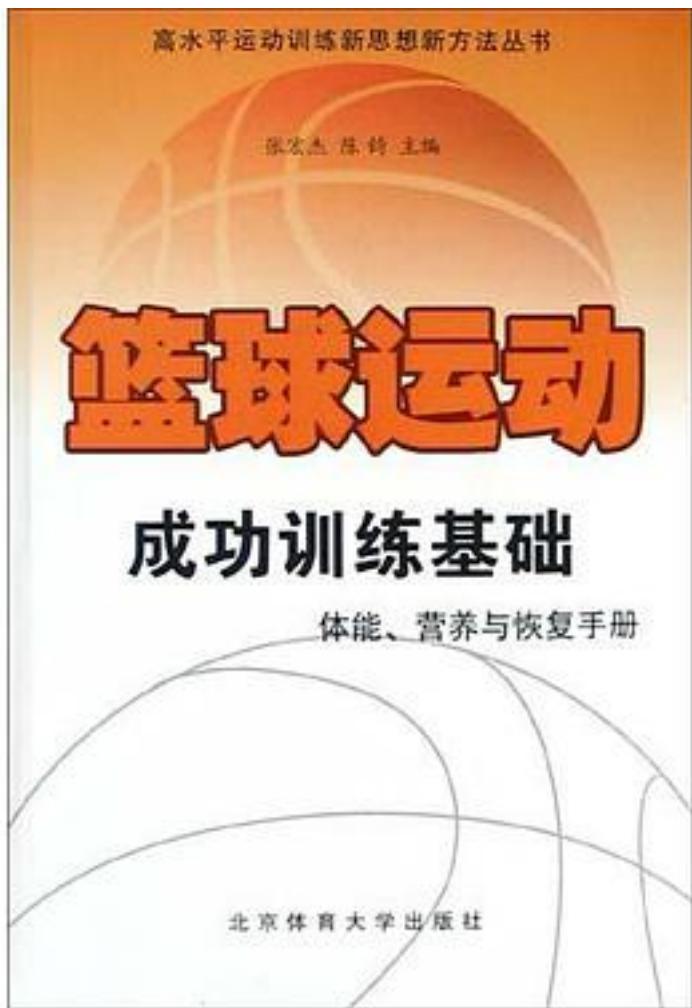


篮球运动成功训练基础



[篮球运动成功训练基础_下载链接1](#)

著者:张宏杰

出版者:北京体育大学出版社

出版时间:2004-10-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787811000801

《篮球运动成功训练基础》这本书从现代篮球运动的发展特点、趋势出发，紧紧把握篮

球这一运动项目的本质特征，通过生理学分析，就篮球运动员的基础身体训练、力量等体能训练，从计划、方法到要求进行了较全面的介绍；对篮球运动员营养特点、要求、体重与营养的关系；以及疲劳的诊断与恢复等进行了阐述。

作者介绍：

目录：

[篮球运动成功训练基础 下载链接1](#)

标签

评论

[篮球运动成功训练基础 下载链接1](#)

书评

[篮球运动成功训练基础 下载链接1](#)