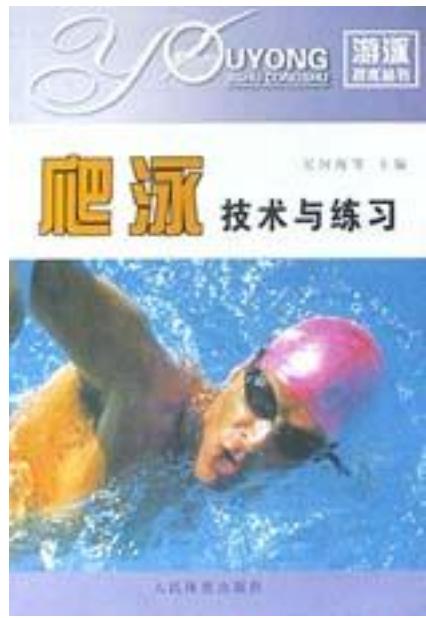


爬泳技术与练习



[爬泳技术与练习 下载链接1](#)

著者:吴河海

出版者:人民体育出版社

出版时间:2001-08-01

装帧:精装(无盘)

isbn:9787500921011

爬泳技术与练习, ISBN: 9787500921011, 作者: 吴河海等主编

作者介绍:

目录:
一、爬泳概述
二、爬泳技术介绍
三、学爬泳的步骤及计划安排
四、下水前的热身运动
五、熟悉水性
六、爬泳技术练习

- 七、爬泳出发和转身
- 八、怎样才能游得远
- 九、怎样才能游得快
- 十、爬泳知识介绍
- • • • • (收起)

[爬泳技术与练习](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[爬泳技术与练习](#) [下载链接1](#)

书评

[爬泳技术与练习](#) [下载链接1](#)