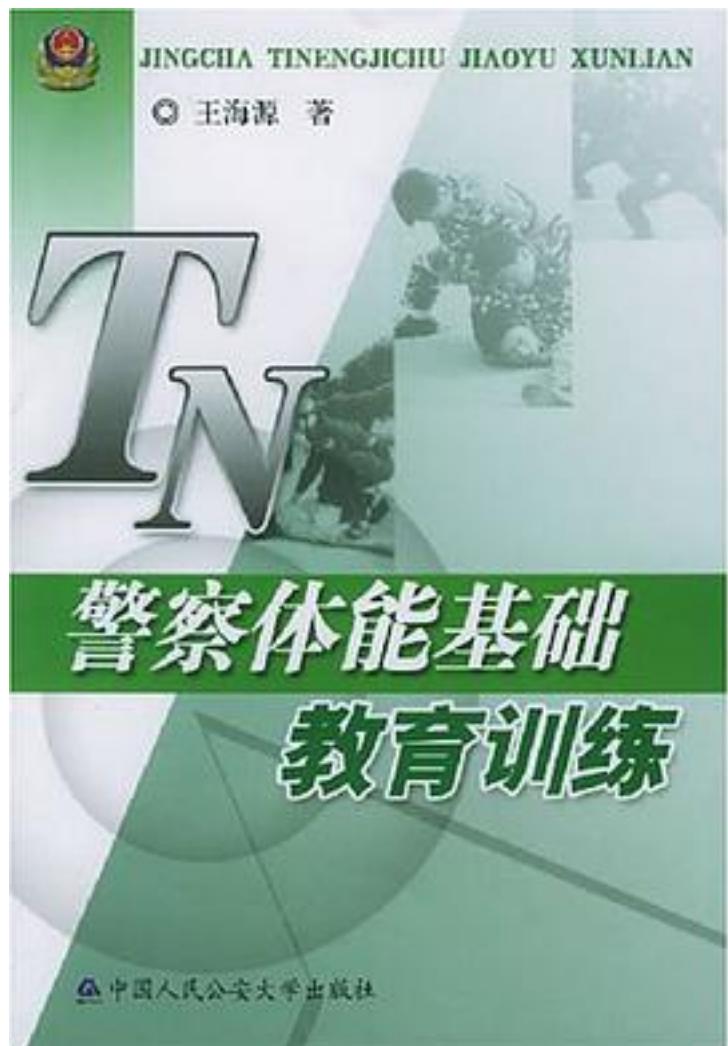


# 警察体能基础教育训练



[警察体能基础教育训练\\_下载链接1](#)

著者:王海源

出版者:中国人民公安大学出版社

出版时间:2005-8

装帧:简裝本

isbn:9787811091625

《警察体能基础教育训练》是一本论述警察体验基础训练理论与实践的著作。书中比较系统地从体能训练的基础知识和基本训练方法等方面进行了简明扼要的叙述。相信阅读本书后可以提高练习者对警察体验训练内涵的理解，可以丰富警察体能训练的活动内容，并对警察体能训练产生浓厚的兴趣和爱好。同时，还可以为警察教育训练的发展与探究，提供一定的参考。

本书紧紧围绕着“取之于学、用之于学”的原则，探索和揭示体能训练的基本规律，力求内容系统、科学，突出警察体能基础教育训练的特点，尽可能地做到理论与实践的统一。全书共十一章，内容包括三个部分，第一部分为第一、第二、第十一章，简要地阐述了与警察体能教育训练相关的基础知识；第二部分分为第三、第四、第五、第六、第七章，简要地介绍了体能基础类的基本训练方法；第三部分为第八、第九、第十章，简要地介绍了体能主导类的技能基本训练方法。本书还收录了《公安民警体育锻炼达标手册》的部分内容。

作者介绍:

目录:

[警察体能基础教育训练 下载链接1](#)

标签

评论

[警察体能基础教育训练 下载链接1](#)

书评

[警察体能基础教育训练 下载链接1](#)