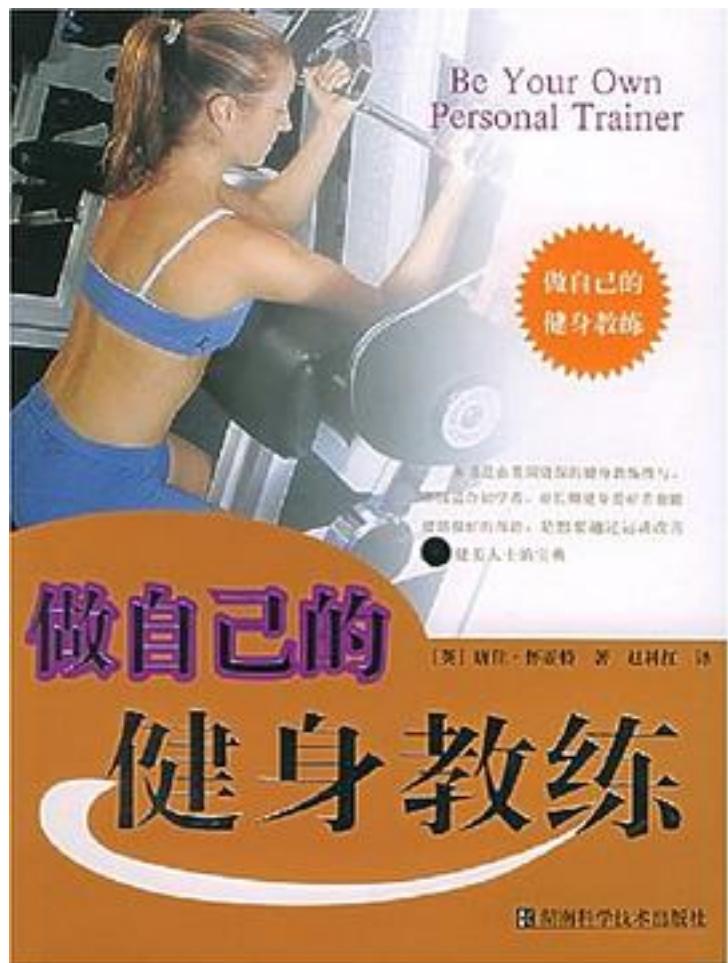


做自己的健身教练



[做自己的健身教练 下载链接1](#)

著者:唐佳·怀亚特

出版者:湖南科技出版社

出版时间:2005-9

装帧:简装本

isbn:9787535743299

本书是由英国资深的健身教练撰写，不仅适合初学者，对长期健身爱好者也能提供很好的帮助，是想要通过运动改善健美人士的宝典。

作者介绍:

目录:

[做自己的健身教练 下载链接1](#)

标签

手册

健身运动

健身

健康

体育

评论

[做自己的健身教练 下载链接1](#)

书评

[做自己的健身教练](#) [下载链接1](#)