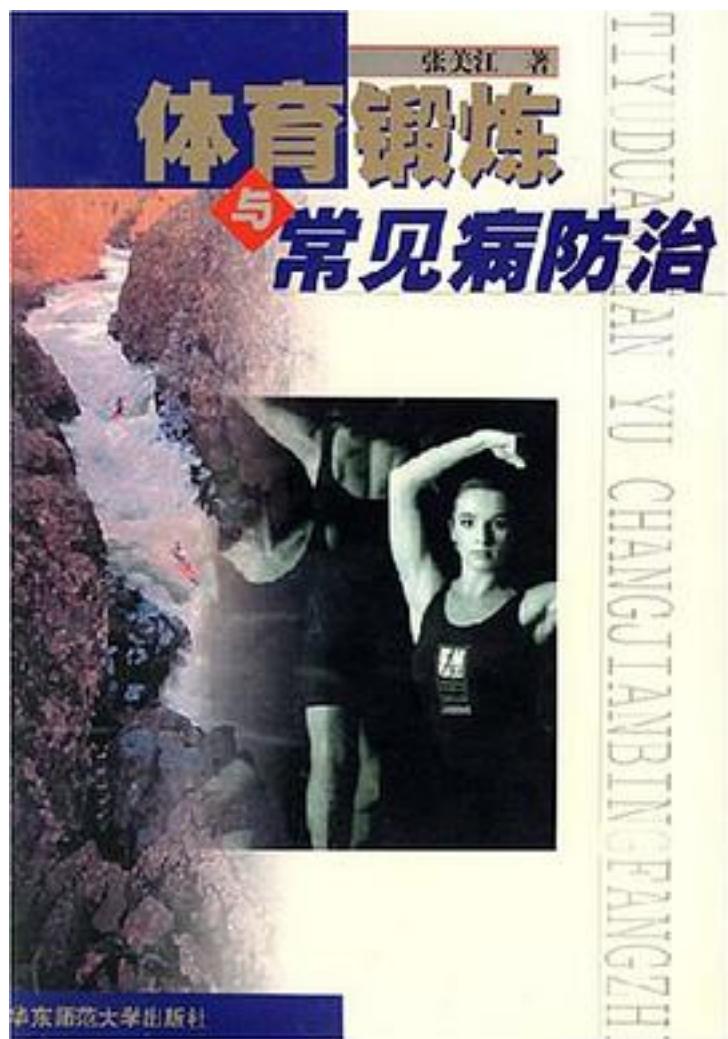


体育锻炼常见病防治



[体育锻炼常见病防治 下载链接1](#)

著者:

出版者:华东师范大学出版社

出版时间:2000-4

装帧:

isbn:9787561721827

本书由八个章节所组成，系统地论述了儿童、青少年运动锻炼和中老年人运动锻炼的各

个年龄阶段特点，运动锻炼的主要项目及对身体的良好影响。通过对本书的阅读，对广大群众了解和掌握健康人应如何锻炼，选择哪一项运动，为什么应这样锻炼，锻炼时的注意事项，不同季节和环境下更要注意什么，均会有所裨益。对常见的各种慢性病如何进行康复锻炼等内容，也作了比较具体和形象的介绍。这样，使具有初中以上文化程度的广大群众都能看得懂，用得上。

作者介绍:

目录:

[体育锻炼常见病防治 下载链接1](#)

标签

评论

[体育锻炼常见病防治 下载链接1](#)

书评

[体育锻炼常见病防治 下载链接1](#)