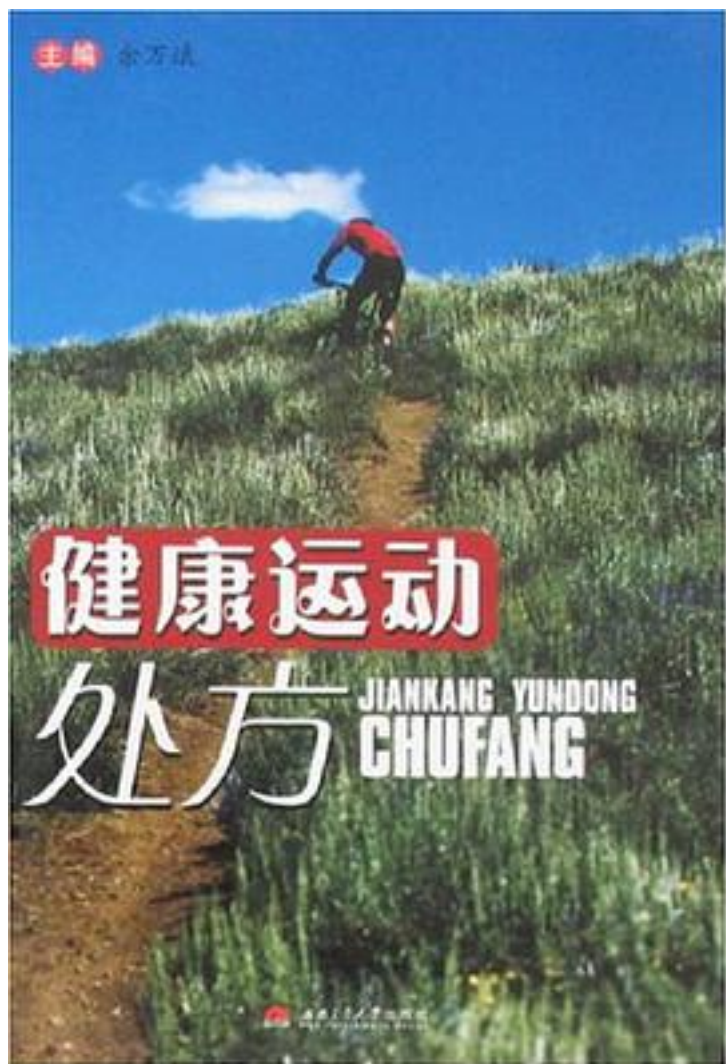


健康运动处方



[健康运动处方_下载链接1](#)

著者:余万斌

出版者:西南交通大学出版社

出版时间:2006-9

装帧:简装本

isbn:9787811043020

本书是针对个人的身体状况和需要而制定的一种科学的定量化的周期性锻炼计划，是个体化的科学锻炼的运动程序，是运动生理学原理在运动实践中的具体应用。本书内容丰富、资料翔实，力求使人得到“开卷有益”的效果，也为能给体育专业的师生及体育爱好者提供一些参考资料而感到欣慰。

作者介绍:

目录:

[健康运动处方_下载链接1](#)

标签

评论

[健康运动处方_下载链接1](#)

书评

[健康运动处方_下载链接1](#)