

山水觅踪-定向越野



[山水觅踪-定向越野_下载链接1_](#)

著者:张惠红

出版者:江苏科学技术出版社

出版时间:2006-8

装帧:简装本

isbn:9787534549403

本书为“动感中国人”现代竞技运动系列之一，是一本定向越野基本知识、练法入门的学习参考书。从定向越野运动项目的历史渊源、运动技术的结构、运动技术的掌握、运动创伤的预防、运动营养、运动与健康以及如何运动等方面，深入浅出地描绘了定向越野运动项目的基本知识和基本技能，从理论上探讨了定向越野运动的规律和特征。配有大量图解和详细文字介绍。以青少年学生和热爱体育运动的社会各界人士为主要读者对象，其行文力求将知识性、科学性和趣味性融为一体，通过大量鲜活的事例，以通俗的语言、轻松的笔墨，讲述定向越野的故事，极易将读者引入知识的殿堂，相信您的阅读将会是一段激动人心的旅程。

作者介绍:

目录:

[山水觅踪-定向越野_下载链接1](#)

标签

定向越野

评论

[山水觅踪-定向越野_下载链接1](#)

书评

[山水觅踪-定向越野_下载链接1](#)