

跑鞋指南(精)



[跑鞋指南\(精\)_下载链接1](#)

著者:跑步指南

出版者:机械工业

出版时间:2017-08-01

装帧:

isbn:9787111570899

作者介绍:

目录:

[跑鞋指南\(精\)_下载链接1](#)

标签

跑步

运动

选择跑鞋的工具书

健身

健康

L

\$0

评论

- 1，百练跑为先，跑步鞋为要
- 2，之前选错鞋子跑步，又浪费钱又耗脚
- 3，慢慢收集各品牌顶级跑鞋，其实不贵，比限量休闲鞋便宜多了。

书挺精致，新百伦那章好像少了两张图。其实选鞋子挺简单，弄清楚自己的脚型后，大体重的选顶级，轻一点的选次顶级。

我去网上都遇不到这么严重的选择恐惧症，你这推荐的也太多了吧，和复制官网页面的描述有啥区别？

一般

门道很多。

果然啊 知识就是用来武装钱包的 两个感触 一 自己重金置办的salomon小红鞋并不是给我这种菜鸟设计的 二 重新爱上了阿迪 和亚瑟士

在图书馆随便翻到的书哈哈，算给小白科普了一点知识。

普通跑步爱好者的工具书，介绍了不同品牌跑鞋的技术力量，以及每款跑鞋上均采用什么技术，有什么样的特质适合什么样的跑步爱好者。自己觉得有用。

不错蛮好的 自己懒得上网查了

[跑鞋指南\(精\)_下载链接1](#)

书评

[跑鞋指南\(精\)_下载链接1](#)