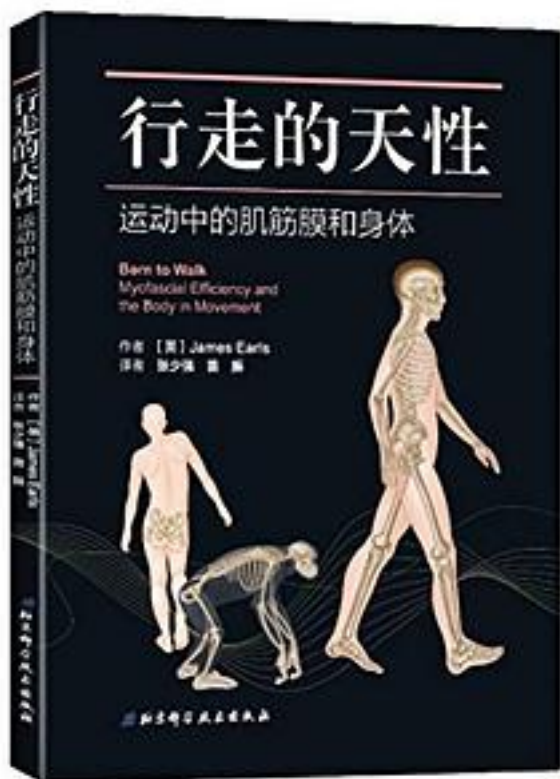


行走的天性



[行走的天性_下载链接1](#)

著者:詹姆斯·厄尔斯 (James Earls)

出版者:北京科学技术出版社; 第1版

出版时间:2018-3-1

装帧:平装

isbn:9787530494059

本书是为运动治疗师、物理治疗师、整骨师、整脊师、推拿师，以及任何想基于步态及其力学原理为患者进行治疗的人们而准备。作者把步行这种复杂运动的基本要素简化出

来，这些要素需要肌筋膜参与，以及利用肌筋膜的弹性参与运动。本书探讨了人类如何从等长收缩、黏弹性反应、弹性反冲等筋膜活动中获益以节省热量消耗。书中在介绍行走的解剖基础和力学原理同时，还适当讲解了有关步态的评估、矫正和练习，以帮助读者在了解人类步行和筋膜关系的同时，知道如何利用这一原理改善步态。

作者介绍:

(英) 詹姆斯·厄尔斯 (James Earls)
除了是一位作家、讲师和筋膜松解及结构整合技术的实践者外。他与托马斯·梅尔斯合著了《筋膜释放技术》一书，致力于筋膜领域的研究和技术推广。

目录: 前言
第一章行走系统
第二章力学传导链
第三章前表线与后表线
第四章体侧线
第五章螺旋线
第六章前深线
第七章手臂和功能线
第八章弹性行走者：拉我、推你
参考文献
· · · · · (收起)

[行走的天性 下载链接1](#)

标签

- 健身
- 筋膜
- 物理治疗
- 神经康复

评论

这不是一本对新手友好的书

生物力学机制概览之直立行走。筋膜/关节/骨骼/肌肉之系统观。#big picture

#模型不清楚

解剖列车筋膜经线应用在步态中动态分析中

人体构造是宇宙的构造的体现，雷奥纳多·达芬奇。解剖学和建筑学的联系。jing膜组织、肌肉和神经组织的关系，导致高效运动。人体整体协作系统的理解，有利于提高运动效率。

快速过了一遍。痛苦但结极具启发地打开了一扇门

[行走的天性_下载链接1](#)

书评

[行走的天性_下载链接1](#)