

# 周期训练理论与方法 第6版



[周期训练理论与方法 第6版\\_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:

装帧:

isbn:9787115517043

作者介绍:

目录:

[周期训练理论与方法 第6版\\_下载链接1](#)

## 标签

周期性计划

训练

力量训练

体能训练

专项训练

## 评论

非常系统的一本体能训练理论书籍，值得反复学习

-----  
[周期训练理论与方法 第6版 下载链接1](#)

## 书评

-----  
[周期训练理论与方法 第6版 下载链接1](#)