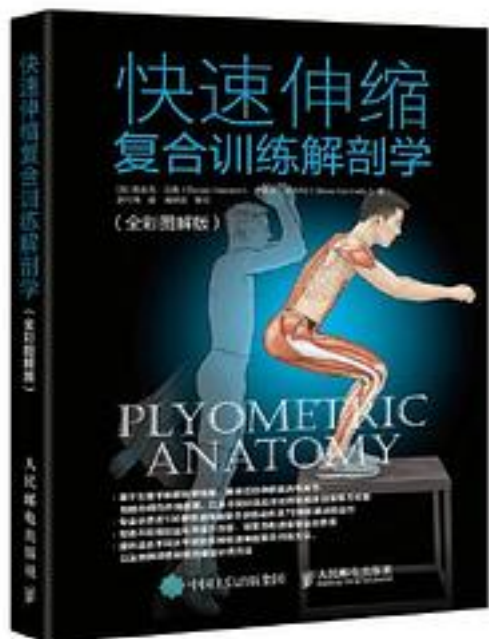


快速伸缩复合训练解剖学（全彩图解版）



[快速伸缩复合训练解剖学（全彩图解版）_下载链接1](#)

著者:[英] 德里克·汉森（Derek Hansen） 史蒂夫·肯内利（Steve K

出版者:人民邮电出版社

出版时间:

装帧:平装-胶订

isbn:9787115527431

作者介绍:

目录:

[快速伸缩复合训练解剖学（全彩图解版）_下载链接1](#)

标签

运动健身

评论

工具书

翻译得比较好，主要是对动作的说明和进阶的顺序。但是光有文字和简单的配图还不能完全理解透，感觉内容相对有些单一

[快速伸缩复合训练解剖学（全彩图解版）_下载链接1](#)

书评

[快速伸缩复合训练解剖学（全彩图解版）_下载链接1](#)