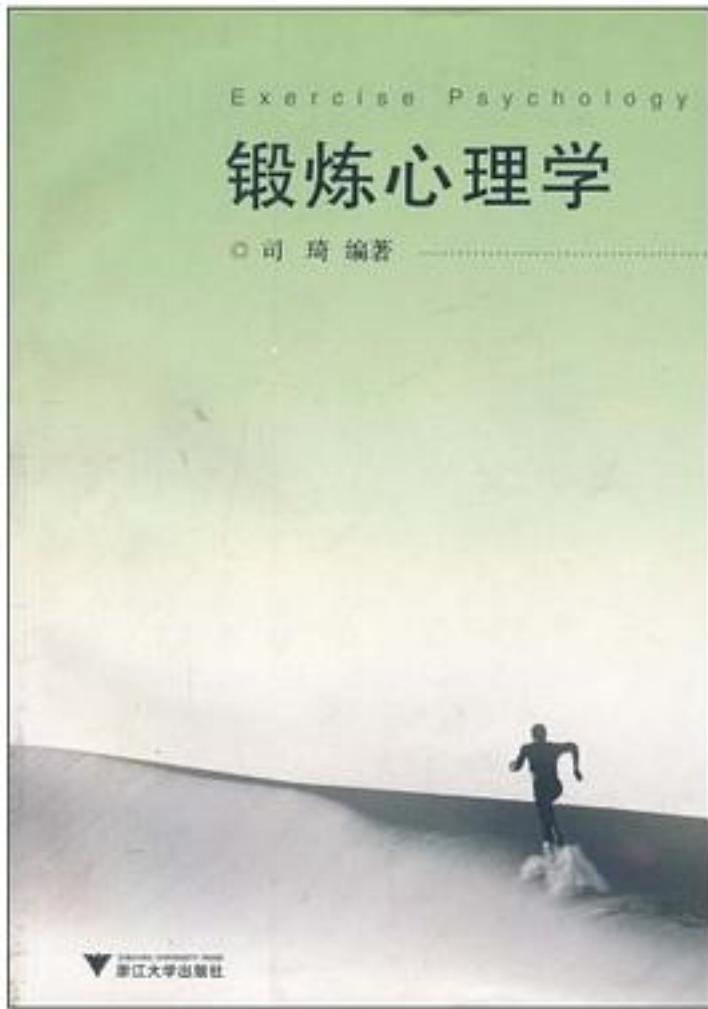


# 锻炼心理学



[锻炼心理学 下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-8

装帧:

isbn:9787040254563

《锻炼心理学》紧密联系身体锻炼实际，反映国内外身体锻炼领域心理学的研究成果，

阐述锻炼参与的动机、理论模型、行为激发与坚持性的培养，身体锻炼的心理效益，不同群体的锻炼心理问题，身体锻炼的心理学指导等内容。

作者介绍:

目录:

[锻炼心理学 下载链接1](#)

标签

^2013

@library\_zju

评论

整本書只有兩點可取之處，一是跑步者高潮，二是鍛煉成癮。

---

“高身体活动的男性把饮酒、药物滥用和有女朋友视为锻炼的主要障碍”

[锻炼心理学 下载链接1](#)

书评

[锻炼心理学 下载链接1](#)