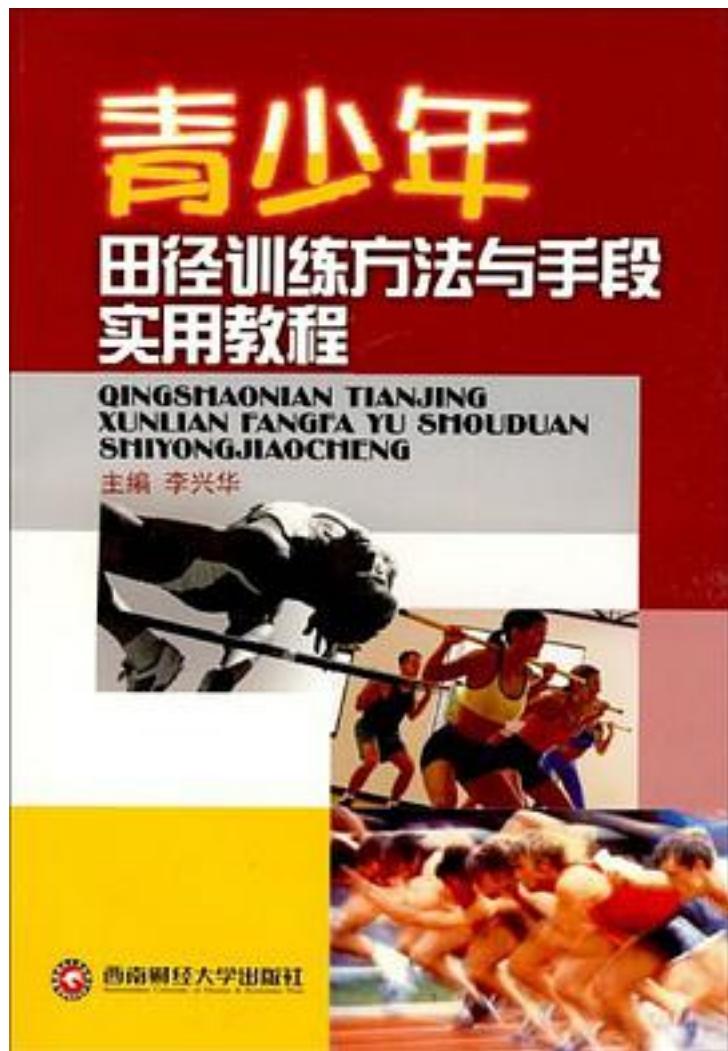


青少年田径训练方法与手段实用教程



[青少年田径训练方法与手段实用教程 下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-10

装帧:

isbn:9787811385311

《青少年田径训练方法与手段实用教程》有针对性地选择了短距离跑、中长距离跑、跨栏跑、跳高（背越式）、跳远（挺身式）、三级跳远、推铅球（背向滑步）、掷铁饼、掷标枪九个田径项目，在总结、收集、整理和吸取国内外同行专家训练优点及实践经验的基础上编写而成。《青少年田径训练方法与手段实用教程》比较系统地介绍了实用性、简单、易选用的具体方法与手段以及训练计划范例，内容丰富、查找方便。

作者介绍:

目录:

[青少年田径训练方法与手段实用教程 下载链接1](#)

标签

田径

体育实用

henbucuo

诗词

◦

评论

[青少年田径训练方法与手段实用教程 下载链接1](#)

书评

[青少年田径训练方法与手段实用教程 下载链接1](#)