

The Complete Book of Running



[The Complete Book of Running_ 下载链接1_](#)

著者:James F. Fixx

出版者:Random House Inc (P)

出版时间:1998-4

装帧:Paperback

isbn:9780679777915

作者介绍:

目录:

[The Complete Book of Running_ 下载链接1_](#)

标签

运动

跑步

评论

看的是中译本，豆瓣没有中文版的条目，偷懒就用英文版了。
中文译名是跑步大全，从内容上看确实包罗万象，从基础、进阶直到比赛和运动生理及伤病防治。对于爱好者而言可以温故，对于非爱好者则读来肯定没啥趣味。

[The Complete Book of Running_ 下载链接1_](#)

书评

[The Complete Book of Running_ 下载链接1_](#)