

<<八段锦与脊柱健康>>

图书基本信息

书名：<<八段锦与脊柱健康>>

13位ISBN编号：9787303158225

10位ISBN编号：7303158227

出版时间：2013-1

出版时间：北京师范大学出版社

作者：邹培

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<八段锦与脊柱健康>>

内容概要

本书从脊柱的组成，运动力学、生物力学构成及特点，说明脊柱劳损性疾病发生的规律及特点；从八段锦锻炼特点，阐明八段锦练习对脊柱稳定系统的积极作用，从而揭示：坚持八段锦锻炼有助于脊柱健康。

<<八段锦与脊柱健康>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>