

<<健身健美锻炼>>

图书基本信息

书名：<<健身健美锻炼>>

13位ISBN编号：9787532353057

10位ISBN编号：7532353052

出版时间：1999-12-1

出版时间：上海科学技术出版社

作者：朱金官,马巧云

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>

<<健身健美锻炼>>

书籍目录

- 一、健身健美常识
- 二、健身锻炼的作用
- 三、健身健美方法
- 四、健身健美须知
- 五、健身健美器械及运用
- 六、形体健美训练
- 七、健身健美操
- 八、健身疗法
- 九、健身按摩
- 十、附录

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>