第一图书网, tushu007.com

<<活力男士强身健体饮食>>

图书基本信息

书名：<<活力男士强身健体饮食>>

13位ISBN编号：9787533518721

10位ISBN编号：7533518721

出版时间：1900-01-01

出版时间：福建科学技术出版社

作者：莎拉·布鲁尔

页数：77页,[1]页图版

译者：张定基

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书阐述挑选合适食物以摄取适当营养的重要性、分析健身计划需要有营养的食物为基本餐饮要素的原因，指出哪些食物最适宜与健身训练互相配合，介绍多个卓有成效的健康饮食的例子。

第一图书网, tushu007.com

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