

<<健身·营养科学方案>>

图书基本信息

书名：<<健身·营养科学方案>>

13位ISBN编号：9787562525332

10位ISBN编号：7562525331

出版时间：2010-6

出版时间：中国地质大学出版社

作者：张先松

页数：304

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·营养科学方案>>

内容概要

## 作者简介

张先松，男，1951年生，湖北荆州人，汉族，中共党员。  
当过兵，担任过小学校长和基层团委书记。  
1979年毕业于武汉体育学院。  
曾任武汉教育学院（现合并为江汉大学）体操教研室主任和《江汉大学学报》编委。  
现任江汉大学体育学院学术委员会主任，《健身健美运动》课程负责人

<<健身·营养科学方案>>

书籍目录

第一章 健身与营养方案概述第二章 减脂瘦身人群的健身与营养方案第三章 强身健美人群的健身与营养方案第四章 塑形增高人群的健身方案第五章 婴幼儿的健身与营养方案第六章 青少年儿童的健身营养方案第七章 中老年人群的健身与营养方案第八章 女性特殊时期的健身与营养方案第九章 健康危机与疾病人群的健身与营养方案第十章 大众健身运动项目的最优化营养方案第十一章 不同季节及特殊环境下的健身与营养方案第十二章 健身效果与营养状况的评价方案主要参考文献

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>