

<<破译长寿的奥秘>>

图书基本信息

书名：<<破译长寿的奥秘>>

13位ISBN编号：9787810515979

10位ISBN编号：7810515977

出版时间：2001-8-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：黄铁军,李相如,丁鹏

页数：210

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>

<<破译长寿的奥秘>>

书籍目录

序

一 人与寿命

(一) 人的寿命究竟有多长?

(二) 影响人类寿命的因素

二 寿星荟萃

(一) 老子的长寿之道

(二) 当代寿星养生探密

(三) 传奇式的学者寿星马寅初

.....

三 老年人的养生与健身方法

(一) 老年人的养生方法

(二) 老年人的健身方法

四 老年人健身效果的评价

(一) 衰老程序测定

(二) 老年人体质测定

(三) 相对安静状况时心脏机能测定

.....

<<破译长寿的奥秘>>

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>