中年人身心保健



作者: 孟庆轩主编

出版社:北京:金盾出版社

出版日期: 2001.09

总页数: 180

介绍:本书论述了中年人养生保健的必要性和迫切性,分析了中年人生理变化的主要特点,介绍了中年人的心理保健、饮食保健、运动保健等知识。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/10423404.html) 查找全本阅读方式

中年人身心保健 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/10423404.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/10423404.html

书名:中年人身心保健