## 老年运动健身方法



作者: 欧阳柳青主编; 丁海康等编著

出版社:北京:金盾出版社

出版日期: 2003.02

总页数: 285

介绍:本书针对老年生理变化特点,共分10部分介绍了适合老年人运动健身的143种方法,以及老年常见病患者的运动疗法。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/11465026.html) 查找全本阅读方式

老年运动健身方法 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/11465026.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/11465026.html

书名: 老年运动健身方法