体适能与健康 健身活动的科学基础



作者: 王步标, 黄超文编

出版社:长沙:湖南科学技术出版社

出版日期: 2003.10

总页数: 398

介绍:本书内容主要包括健身活动与心理健康、健身活动与个人健康、有氧适能、肌适能、营养与健康、能量与运动、体重控制方案、环境与运动、健身活动与衰老和长寿等。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/13302410.html) 查找全本阅读方式

体适能与健康 健身活动的科学基础 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/13302410.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13302410.html

书名: 体适能与健康 健身活动的科学基础