动一动百病消



运动不息, 生命不止

不花钱自疗法, 创造健康奇迹 雾霾天的室内运动攻略 全身四大系统常见病有效缓解







朱恩博士 余宝珠

余玉珠 柴思

阴青岛出版社

作者: 朱恩, 余宝珠, 梁惠梅编

出版社:青岛:青岛出版社

出版日期: 2016.04

总页数: 159

介绍:本书共分为了解康复运动、呼吸系统、心脑血管系统、消化系统、肌肉骨骼关节系统、其他常见都市病六部分,主要内容包括:康复运动简介、康复运动的疗效、如何进行康复运动等。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/13944742.html) 查找全本阅读方式

动一动百病消 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/13944742.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13944742.html

书名: 动一动百病消