给交警的健康枕边书 送给交警的健康养生书



作者: 孙丰雷, 高华主编

出版社:济南:山东科学技术出版社

出版日期: 2016.01

总页数: 198

介绍:本书分为真正认识健康、让您的身体"动"起来、谁动了你的心理健康、常见疾病的防治保健等部分,主要包括:健康四大基石、健康四大要素、不能让健康"坐以待毙"、运动适量要科学、力量训练很重要等。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/14149949.html) 查找全本阅读方式

给交警的健康枕边书 送给交警的健康养生书 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/14149949.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/14149949.html

书名: 给交警的健康枕边书 送给交警的健康养生书