青少年强身健体的14种方式



作者: 李英安编

出版社: 呼和浩特: 远方出版社

出版日期: 2008.06

总页数: 149

介绍:向青少年朋友介绍了14种强身健体的方式,分为:常规的强身健体方式、身体健美的锻炼方式。介绍了短跑、长跑、跳高、跳远、游泳以及身体各部分的肌肉锻炼方法。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/96031335.html) 查找全本阅读方式

青少年强身健体的14种方式 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/9603133 5.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/96031335.html

书名: 青少年强身健体的14种方式