

与大法官金斯伯格一起健身

教客网 · 百万图书阅读与交易网站 (www.jiaokey.com)

《与大法官金斯伯格一起健身》是由布莱恩特·约翰逊, 帕特里克·威尔什, 黄月编著的健美运动(健力美)图书, 由桂林: 广西师范大学出版社出版。教客网提供的图书交易、电子书在线阅读与PDF下载服务, 支持电脑、平板和手机多终端访问, 涵盖教材、教辅、文学、科技、艺术等多个领域, 是读者查找和收藏图书资源的实用平台。

书名	与大法官金斯伯格一起健身
作者	布莱恩特·约翰逊, 帕特里克·威尔什, 黄月
出版社	桂林: 广西师范大学出版社
ISBN	9787559862006
出版日期	2024-02-01
页数	135
价格	
关键词	健身运动-基本知识
分类	健美运动(健力美)

图书介绍

“吃吧, 享受吧, 快乐吧, 然后马上回归日常锻炼。”是“臭名昭著的RBG”, 也是健身达人。85岁, 每周健身2次, 一口气做20个俯卧撑。金斯伯格: “我希望这本书能帮助你体会到体力再次充沛的感觉。”金斯伯格私人教练完整还原大法官健身法, 每个动作分为健身房版与居家版图解, 随心而练, 拥抱运动中简单的快乐。

本书出售、求购与在线阅读地址: <https://www.jiaokey.com/book/detail/96374670.html>

更多健美运动(健力美)图书推荐: 首页: <https://www.jiaokey.com>

布莱恩特·约翰逊, 帕特里克·威尔什, 黄月

其他作品: <https://www.jiaokey.com/book/detail/96374670.html>

桂林: 广西师范大学出版社

出版图书: <https://www.jiaokey.com/book/detail/96374670.html>

关键词搜索: 健身运动-基础知识: <https://www.jiaokey.com/book/detail/96374670.html>

教客网 提供大量电子书免费在线阅读与 PDF

下载服务, 支持按书名、作者、出版社、ISBN、标签等多维度检索图书资源。