

《提高速度的秘诀》

图书基本信息

书名：《提高速度的秘诀》

13位ISBN编号：9787540428211

10位ISBN编号：754042821X

出版时间：2002-6

出版社：湖南文艺出版社

作者：乔治·迪特曼

页数：217

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《提高速度的秘诀》

内容概要

作为一名运动员，训练速度是改善你的运动表现的最好途径。《提高速度的秘诀》将由美国100米世界纪录保持者拉里·伯勒尔带领你领略怎样最大限度的训练速度和敏捷性的秘诀。本书将成功者的训练方式融入日常训练计划当中，让你尽情展现自己的水平。

《提高速度的秘诀》

精彩短评

1、内容很乱，也不知道是翻译的问题还是本来就这样

《提高速度的秘诀》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com