

《动感北京》

图书基本信息

书名：《动感北京》

13位ISBN编号：9787801449139

10位ISBN编号：7801449134

出版时间：2005-1

出版社：宇航出版社

作者：陈静等编

页数：126

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

《动感北京》

内容概要

生活在北京，我们有太多的理由需要去健身：紧张的工作，忙碌的生活，巨大的压力，甚至还不得不忍受拥堵的交通和弥漫的汽车尾气。

本书所指的健身主要针对健身房锻炼。在空间宝贵的大都市，去健身房锻炼是市民健身的一个很好的解决方案。

去健身房健身，已成为北京城的一种时尚生活方式。

本书收录的京城健身所分别列入六大动感地不定期，只有泛指的区域概念。在推介健身场所的同时，本书还介绍了大量的健身知识，私人教练的健身提示等。

《动感北京》

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