

# 《科学健身-知名专家进社区谈医说病》

## 图书基本信息

书名：《科学健身-知名专家进社区谈医说病》

13位ISBN编号：9787502598235

10位ISBN编号：7502598235

出版时间：2007-2

出版社：化学工业出版社

作者：周琴璐

页数：178

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](http://www.tushu111.com)

# 《科学健身-知名专家进社区谈医说病》

## 内容概要

生命在于运动，然而不科学的运动方式反而会给身体带来危害。本书以问答的形式从运动健身的常见方法、注意事项、运动的基本方式等方面进行了系统全面的论述，通俗易懂。相信读者看了本书可找到满意的运动处方，达到更好的健身效果!本书适合广大运动爱好者阅读，也可作为社区医生及社区健康宣教的本。

# 《科学健身-知名专家进社区谈医说病》

## 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](http://www.tushu111.com)