

《健身球体操理论与方法》

图书基本信息

书名：《健身球体操理论与方法》

13位ISBN编号：9787107178412

10位ISBN编号：7107178415

出版时间：2004-11

出版社：人民教育出版社

作者：郑婕

页数：133 页

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

《健身球体操理论与方法》

内容概要

健身球体操是一项科学和艺术交融的快乐运动，从中医经络学原理来说，人体经脉流通着气血，气血流畅就能健康。好比江河湖海，要不停流淌，不能淤滞。经络为气血运行之通道，外通腧穴，内连脏腑，激活腧穴，就能调动相关经络，调控相关脏腑。

《健身球体操理论与方法》

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