

《水中健身》

图书基本信息

书名：《水中健身》

13位ISBN编号：9787546314754

10位ISBN编号：7546314755

出版时间：1970-1

出版社：吉林出版集团有限责任公司

页数：122

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.tushu000.com

《水中健身》

内容概要

《水中健身》

书籍目录

第一章 概述第一节 起源与发展第二节 场地、器材和装备第二章 运动保健第一节 自我身体评价第二节 运动价值第三节 运动保护第三章 水中康复第一节 简单易行的水中康复方法第二节 腰痛病人水中康复治疗第四章 水中健身操和水中游戏第一节 水中体操——棒操第二节 水中踏板操第三节 韵律泳第四节 水中游戏

《水中健身》

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.tushu000.com