

健美起跑线 铁人塑造法



作者：陈春军著

出版社：长春：吉林文史出版社

出版日期：2005.03

总页数：182

介绍：本书科学详细地介绍了有关健美运动的知识、健美训练方法、健美训练计划如何制定以及健美训练营养及恢复的问题。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/11368781.html>）查找全本阅读方式

健美起跑线 铁人塑造法 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/11368781.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/11368781.html>

书名：健美起跑线 铁人塑造法