

运动与营养



作者：常翠青主编；伊木清，李世成，魏守刚等编

出版社：北京：新华出版社

出版日期：2009.01

总页数：140

介绍：本书根据目前有关运动营养研究的科学证据，以问答的形式，尽量以通俗易懂的语言介绍有关运动的基本知识、各种营养素在运动中的作用、不同生理阶段人群的适宜运动量、常见慢性病病人应如何运动以及专业运动员的合理膳食营养和运动营养补充剂。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12213889.html>）查找全本阅读方式

运动与营养 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12213889.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12213889.html>

书名：运动与营养