

蹲出健康 一种简便有效的健康方案



作者：马传礼著

出版社：南京：河海大学出版社

出版日期：2003.02

总页数：166

介绍：本书揭示了蹲式体位与人类健康及寿命之间的关系，阐述了蹲式训练防治疾病的原理，介绍了蹲式训练的要领和注意事项。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12388634.html>）查找全本阅读方式

蹲出健康 一种简便有效的健康方案 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12388634.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12388634.html>

书名：蹲出健康 一种简便有效的健康方案