

给交警的健康枕边书 送给交警的健康养生书



作者：孙丰雷，高华主编

出版社：济南：山东科学技术出版社

出版日期：2016.01

总页数：198

介绍：本书分为真正认识健康、让您的身体“动”起来、谁动了你的心理健康、常见疾病的防治保健等部分，主要包括：健康四大基石、健康四大要素、不能让健康“坐以待毙”、运动适量要科学、力量训练很重要等。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/14149949.html>）查找全本阅读方式

给交警的健康枕边书 送给交警的健康养生书 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/14149949.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14149949.html>

书名：给交警的健康枕边书 送给交警的健康养生书