

腿活



作者：胡维勤著

出版社：长沙：湖南科学技术出版社

出版日期：2017. 11

总页数：182

介绍：《腿活》这本书主要强调了腿部健康与整体健康之间的密切联系，针对现代人普遍存在的运动不足或运动不当等情况提出了一些指导性的建议，如简便易行的腿部运动及按摩技巧等。全书理论较为通俗化，具有一定的社会价值。

说明：登录教客网 (<https://www.jiaokey.com/book/detail/14347125.html>) 查找全本阅读方式

腿活 评论地址: <https://www.jiaokey.com/book/detail/14347125.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14347125.html>

书名：腿活