

体育运动与训练研究



作者：冯婷著

出版社：北京：九州出版社

出版日期：2018.06

总页数：259

介绍：本书不从单纯的生物学健康的视角进行论述，而是试图让人们健康产生新的理解，教会人们认识健康、改善健康、保持良好健康的方法和原理，懂得在保持良好健康过程中所需要注意的问题和事项，并且能合理的选择人体需要的健康营养食品，养成良好的行为习惯，形成健康的生活方式，为终身体育打下坚实的基础。

说明：登录教客网 (<https://www.jiaokey.com/book/detail/14557565.html>) 查找全本阅读方式

体育运动与训练研究 评论地址: <https://www.jiaokey.com/book/detail/14557565.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14557565.html>

书名：体育运动与训练研究