

青少年强身健体的14种方式



作者：李英安编

出版社：呼和浩特：远方出版社

出版日期：2008. 06

总页数：149

介绍：向青少年朋友介绍了14种强身健体的方式，分为：常规的强身健体方式、身体健美的锻炼方式。介绍了短跑、长跑、跳高、跳远、游泳以及身体各部分的肌肉锻炼方法。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/96031335.html>）查找全本阅读方式

青少年强身健体的14种方式 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/96031335.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/96031335.html>

书名：青少年强身健体的14种方式