

<<男子健身/全民健身千问丛书>>

图书基本信息

书名：<<男子健身/全民健身千问丛书>>

13位ISBN编号：9787500913818

10位ISBN编号：7500913818

出版时间：1997-6-1

出版时间：人民体育出版社

作者：俞继英

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<男子健身/全民健身千问丛书>>

书籍目录

开卷篇

什么样的男性才算男子汉？

现代社会对男子汉身心有什么特殊要求？

.....

健身篇

当代男子汉应具有什么样的健康标准？

怎样忙中偷闲增进健康？

.....

健力篇

“大力神”是怎样练就的？

力量与性别、年龄有什么关系？

.....

健心篇

翩翩风度何处来？

男子汉应具备哪些心理素质？

.....

养生篇

男子汉需要注意修养吗？

何谓人生的“第二青春期”？

.....

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>