

<<武警部队体能训练卫生指南>>

图书基本信息

书名：<<武警部队体能训练卫生指南>>

13位ISBN编号：9787509107591

10位ISBN编号：7509107598

出版时间：2009/2

出版时间：人民军医出版社

作者：谢荣厚

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>

<<武警部队体能训练卫生指南>>

内容概要

《武警部队体能训练卫生指南》紧密结合武警部队实际，吸收国内外军事训练医学的研究生果借鉴运动医学的新理论、新方法，扼要介绍了武警基层部队体能训练的生理卫生要求，重点阐述了体能训练的组织实施、医学监督、成绩分册、膳食营养、心理训练、身体发育评估和训练伤的预防作了重点阐述。

语言通俗易懂，方法简便可行，对提高部队官兵体能训练水平，预防和减少训练伤的发生，具有较高参考价值。

适合武警部队广大基层官兵和医务人员阅读，也可作为其他单位体能训练的参考。

<<武警部队体能训练卫生指南>>

书籍目录

一、目的、内容与适用范围二、术语三、体能训练的生理卫生要求四、体能训练的组织实施和医学监督五、体能训练的效果评价六、体能训练的膳食营养七、心理训练八、体能训练中身体发育的评价九、体能训练中心肺功能的测定和评价十、体能训练的军训伤预防参考文献

<<武警部队体能训练卫生指南>>

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>