

<<保健推拿>>

图书基本信息

书名：<<保健推拿>>

13位ISBN编号：9787563329915

10位ISBN编号：7563329919

出版时间：2005-7

出版时间：广西师范大学出版社

作者：陈国耀

页数：162

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>

<<保健推拿>>

内容概要

保健推拿共4章，分别介绍和论述了推拿的发展史、分类、作用原理和注意事项，常用推拿手法及递质，人体各部位的推拿和经穴推拿，全身放松推拿，面部美容推拿，足部保健推拿，运动前、运动中、运动后的保健推拿，以及运动创伤的推拿等内容。

<<保健推拿>>

书籍目录

绪言第一章 推拿概述第一节 推拿的起源和发展简史第二节 推拿的作用原理第三节 推拿的应用原则第四节 推拿的递质介绍第二章 推拿的手法第一节 推拿的常用手法第二节 经穴推拿第三节 人体各部位的推拿附：自我推拿第三章 全身整体保健推拿第一节 全身放松推拿第二节 消除疲劳推拿第三节 面部美容保健推拿第四节 足部保健推拿第四章 运动中的保健推拿第一节 运动前的保健推拿第二节 运动中的保健推拿第三节 运动后的保健推拿第五章 运动创伤的保健推拿第一节 躯干部创伤的保健推拿第二节 四肢部创伤的保健推拿参考文献

<<保健推拿>>

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>