

<<红色保健>>

图书基本信息

书名：<<红色保健>>

13位ISBN编号：9787801781062

10位ISBN编号：7801781066

出版时间：2003-10-1

出版时间：华龄出版社

作者：顾英奇

页数：352

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>

## <<红色保健>>

### 内容概要

第一代领导人的养生之道，中南海保健医的健康忠告。  
红墙医生叙说首长健康生活，保健方法各异你我均有取舍。

阅读《红色保健》，不仅能够从中学到饮食、起居、运动、心理等方面的自我保健知识，了解其长寿之道，还能领悟到他们在峥嵘岁月中的坚定信念；困难时期的豁达乐观，以及和平年代的平易俭朴。

## <<红色保健>>

### 书籍目录

1 毛泽东、朱德的健康之道2 毛泽东怎样自我保健3 朱德总司令的长寿之道4 朱德总司令的保健生活5 周恩来的日常保健6 西花厅的周恩来7 周恩来关心保健医生8 刘少奇的自我保健9 刘少奇同志保健轶事10 言语不多的少奇同志11 陈毅元帅保健轶事12 注重锻炼的贺龙元帅13 任弼时与疾病抗争14 “彭大将军” 15 聂荣臻元帅的保健实践16 中央首长的健身方法17 坚持散步和罗荣桓元帅

<<红色保健>>

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>