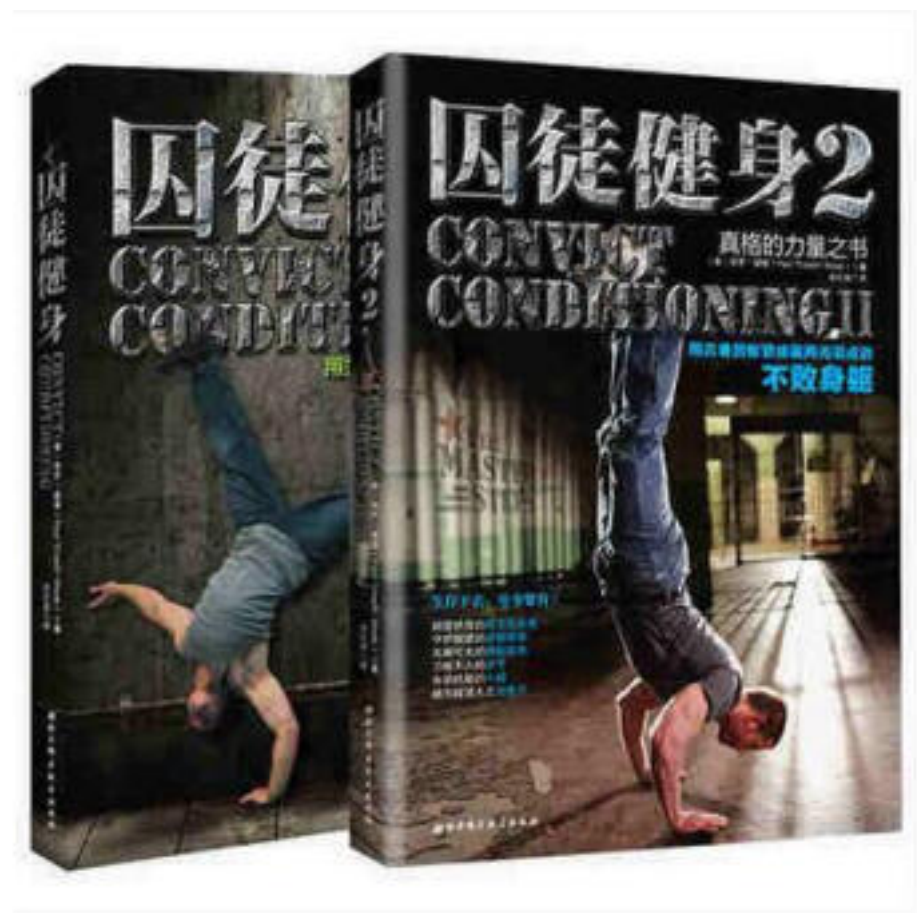


囚徒健身合集（套装共2册） 保罗·威德著(真正的无器械健身全书



[囚徒健身合集（套装共2册） 保罗·威德著\(真正的无器械健身全书_下载链接1](#)

著者:

[囚徒健身合集（套装共2册） 保罗·威德著\(真正的无器械健身全书_下载链接1](#)

标签

评论

最近在健身，在健身社区里看到推荐囚徒的，就来买了，自己在健身房里也能感受到，纯器械健身的话，对身体的控制还是不如徒手的好。书的质量没什么问题，很满意

我这刚收到就有三个同学要借看了

书很好，太满意了

[囚徒健身合集（套装共2册） 保罗·威德著\(真正的无器械健身全书_下载链接1](#)

书评

[囚徒健身合集（套装共2册） 保罗·威德著\(真正的无器械健身全书_下载链接1](#)