

前车之鉴：医生的54条骑行忠告



[前车之鉴：医生的54条骑行忠告_下载链接1](#)

著者:慕景强 著

[前车之鉴：医生的54条骑行忠告_下载链接1](#)

标签

评论

书很不错，正版，超值。

东西很不错！！！性价比高！！配送员服务好！！支持京东！！

不错的运动知道书，京东配送速度快，喜欢

医生的54条骑行忠告，不错，一些知识很实用

内容文字表述多，图片较少，没有想象中好。

实用的忠告，推荐。☆ / \ * / \ ☆ / \ + ▲ / \ ☆ / \ / \ (▲ +) / \ + / \ / \ ☆ ☆ Merry Christmas~~ (▽) (∩_∩)

此书感觉一般，是冲着医生的建议买的。结果前半部分都是网友的个人经验，感觉比较水。

这书太扯淡，厕所读物吧

感

前车之鉴：医生的54条骑行忠告》为国内健康骑行研究第一人——慕景强老师的最新实战指导书。

作为一项时尚、健康又环保的运动，现今，越来越多的人加入了骑行的行列，也有越来越多的都市人开始选择自行车（单车）作为日常出行或健身的工具。但，关于安全骑行、健康骑行，您了解多少呢？

《前车之鉴：医生的54条骑行忠告》精选了54例有代表性的中招骑友现身说法，将骑友们在骑行过程中遇到的各种健康安全问题、饮食营养困惑、突发纠纷事故等等一一呈现。针对每一例骑友的际遇，由医生、营养师、律师、骑行教练组成的专业团队分别给出了损伤预防、伤后急救、营养饮食、法律建议、骑行策略等方面的专业解读和意见。无论是骑行多年的老骑友，还是新入圈的菜鸟新骑友，或者是对骑行感兴趣的非骑友，

《前车之鉴：医生的54条骑行忠告》都将是了解骑行知识、享受骑行乐趣的不二之选。

书有残破。为免麻烦，懒得退换

[前车之鉴：医生的54条骑行忠告_下载链接1](#)

书评

[前车之鉴：医生的54条骑行忠告_下载链接1](#)