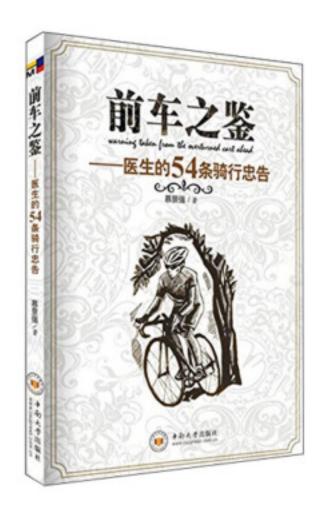
前车之鉴: 医生的54条骑行忠告



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。

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陈现。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》都将是你了解骑行知识、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_