

健身私人教练系列：肌肉训练私人教练150课



[健身私人教练系列：肌肉训练私人教练150课_下载链接1](#)

著者:健身私人教练编写组 编

[健身私人教练系列：肌肉训练私人教练150课_下载链接1](#)

标签

评论

好书，价格超实惠，从此不用去书店，值得一看。

赶上图书促销买的，很超值。

已观看，就看能坚持多久的训练了。

还行，看看吧，学习很重要

非常高兴能够买到这么好的东西

看着挺新，但是没有外包的薄膜，拿来参考的，质量也就那样吧

书没问题，只是我买错内容了

非常非常非常非常非常非常非常好

好书！就是得坚持才有效

不错，收到货了，非常满意。

包装完好，装帧有品味，好评！

内容很专业，书是正版的

可以。。。。。

生活中很实用的一本书，塑身很不错。。。。

很不错，这价格可以了，不要要求太高

不错，都是简单的动作，坚持是关键

健身卡过期了，没去延期，买本书在家练练，省的跑路。

按图练了几天，有效果

买了送人的，希望有效果哈

很好的一本简易健身书籍，很有用。

这本书还不错，价格便宜，送货很快

感觉不错，挺实用的一本书

不错不错 搞活动的时候买的

我个人觉得不好。

一般，不如买别的。没多少内容。

觉得便宜就买了，没啥用的嘛

[健身私人教练系列：肌肉训练私人教练150课_下载链接1](#)

书评

[健身私人教练系列：肌肉训练私人教练150课_下载链接1](#)