

从零开始学游泳：仰泳、蛙泳、蝶泳、自由泳技巧完全图解



[从零开始学游泳：仰泳、蛙泳、蝶泳、自由泳技巧完全图解_下载链接1](#)

著者:[日] 堀内善辉 著，王爽威 译

[从零开始学游泳：仰泳、蛙泳、蝶泳、自由泳技巧完全图解_下载链接1](#)

标签

评论

说不错，内容很好，很有参考价值，正在阅读中，包装很好。

京东图书大优惠，看排行买的，还没看过!!!

该书内容全面，游泳爱好者适应，各种泳姿都有介绍，京东快递速度很快

物流给力，东西也不错，是我近一段时间最满意的购物体验！

物流依旧非常快，书大概看了看，还算不错，虽然我已经会游泳了，自学的还是不规范，需要有规范的指导纠正动作

正版，书很好，介绍非常细致！赞

此用户未填写评价内容

好好好好好好好好好好

京东活动购书，就是性价比高。想获得更多知识，上京东，购书吧。

在西单图书大厦看到了这本书 从零开始学游泳 非常不错

该书图文并茂，易看易学，适宜初学者

产品很不错，值得推荐。

为系统学习游泳，先要学习理论

很好很好很好很好很好很久很好

质量不错，使用方便，价格不贵！

图片很大，很清晰，挺详细的

不错的东西，很值得购买，推荐女性和体能不是特别好的爱好者阅读

京东的书还是挺好的，偶尔会发券，很划来。

还可以，图挺全面，印刷质量不错，但还是没学会

此用户未及时评价，系统默认好评。

书质还可以，字、图清晰，可作参考书用。

还没看，准备给爸妈学游泳用的。

有帮助，容易看懂，还有种说不明白的感觉

好书，讲解很到位

物流方便，书籍不错，活动价很好。

宝贝不错，性价比高，信赖京东！！！！

图解的，很不错，打算先不请私教了

这本书质量非常好，内容也非常好。

学游泳就靠它了希望能学会吧

物美价廉，关键是快递方便，支持京东！

京东速度好快，非常非常棒！

很好，非常好，值得购买！

东东老好，性价比蛮好，推荐给小伙伴哦

看了一下，感觉有点不太一样

这本书较适合初学者，不过也还要配合有人教才行。

很好的游泳书籍，介绍很详细

游泳技术介绍详细，图片清晰。

不错，很满意！支持！

感觉我要成为游泳健将了。。。。

很详细，有插图适合自学

618年中大促，买了好多书，巨实惠

为什么没有发票？

旱鸭子梦想的技术

。。。。。。

印刷精美，不错

很快送货到手。

好，非常实用。

图片多，好评

日本人编的。

东西不错，值得购买！！！

好好好好好

准备学游泳

可以可以

' , , , ,

内容正在看

无破损

这本书是日本人主编的，动作展示主要是这个女孩，图片是彩色的，有些图片不知道是哪个顺序来看，那彩色也没卵用。书中有些很大错误，把对的说成错的，错的成对的了，而且把一种泳姿复杂化，不适合初学者看，容易误导。可能主要是各国游泳教学的差异，总之购买需要谨慎

一般吧，书的内容有点简单，看看还可以

看了一下，真的不怎么样，内容太粗糙，不值得一学。我这种才学半年游泳的人，看起来都觉得没有一点看点。

这本书还没来得及看，销后有消息再追评

游泳的配图永远是无语的，就算没有美女教练，至少也来个帅帅猛男吧，不至于一看图片就没胃口了

学会了

很不错

不建议零基础用这个

个人觉得不太实用，不如视频直观

可以

一般吧，里面东西我是没看懂，也没配光盘，意义不大

这书写的太专业了，对于业务的人不是那样通俗易懂，不太好理解，然后动作要点没有图示，自学人员不建议购买！

很好

快递一小时前打的电话，我在楼下等了一小时，书还没拿到。

买完就降下来价格了55555看书不如看视频

就那样，不是自己想要的

书质量还行，就是起不到教学效果。

哈哈哈哈哈急急急急急急急急急急急急

缺少细节，想学游泳建议还是找个教练吧

自从知道**积分可以抵用钱时,我才意识到认真评价是多么的重要,从前我不知道该怎么凑够85个字拿到50积分,现在我总算知道了,每次买了东西要评价的时候,我就把这段话复制评论里,意外的好用呢。这些话是我一个字一个字用手亲自打出来的真的是特别的不容易呢。现在应该有85个字了吧嗯我数了一遍超过了85个字了那么我的任务算是完成了

已是钻石会员N年。以前从来不去评价，不知道浪费多少京豆，自从知道京豆可以抵现金的时候，才知道京豆的重要性。后来我把这段话复制了，走到哪，复制到哪，既能赚积分，还非常省事。

o o o o o o o o o o o o o o o o

1234567890

一般

! !

这次的京东商城优惠购书活动非常给力，买到了想看的书，物流服务也很到位，发货到货很快，书的包装完好无损，一看就是正品没错。待到有时间翻来看看。

不咋样，跟自己想象的相差比较远，完全没有怎么教游泳的张姐

东西很不错

挺好，追风买的，经常从京东买书

不错、非常好、不错的商品、推荐

还没开始看，看了再来追评。

这一本同样是从零开始学，但感觉仍然需要些基础的才能比较明白，还是因为日本作者思维与我不一样呢？？

好，正品，送货快。

希望学会加油加油

不错，是正版，正好夏天学学。

内容不错，正在学习中。

给朋友买的，他表示并没有什么卵用

不错，正在学习中

看起来有点复杂了，不知道实用性强不强

先买着，夏天的时候学学

书的彩图很多。讲的比较细，但是更多要去实践才行。

宝贝很好，这次网购很满意，会认真看的。

内容丰富多彩，印刷质量很好

感觉这本书对初学者的帮助不大。

很详细

Good

讲的比较细，专业，小伙伴们看了也想买！

送货超级快，品质有保证，这是我在京东购物的主要原因

讲解也是比较细致了，如果有视频解析更好了。

图文并茂，印刷精美，介绍详细

今天下午两点科室学术活动：京津冀地区ALS与额颞叶痴呆研讨会，地点：

京东的物流确实特别快，配送员送我们这边有一段时间了，一直都是配送速度超级快。评价了才能有京豆奖励，特别来评价一下。

浅学易懂，图文并茂

自己学习游泳，这个书写的还挺详细

很好！

说实话，日本人写的书，总让你豁然开朗的感觉！

希望购买能对游泳动作改善有帮助，购买熟悉一下，到夏天自由畅泳

很不错的一本讲解游泳方法的书

挺不错的一本书，正在读ing~ 印刷质量好评

好东西便宜。值得购买！

挺好的，讲的详细

好

对一个蛙泳老手自由泳初学者来说 受益匪浅 提高了蛙泳的效率 熟练了自由泳的动作

对游泳介绍很详细，很实用。

速度包装都非常快非常好，赞一个

学习，学习，不断的学习，希望有帮助

赶上活动买的，价格很划算，书也特别好！

质量不错，内容值得一看！

好好 面

图文并茂，内容详尽，初学提高都有用

好评。

商品非常不错，我非常喜欢，推荐大家购买！价格很优惠，京东真棒！

不错

非常非常好，图解的详细

很好很好很好很好很好很好很好很好很好

质量很好，送货很快，赞

非常好

价格实惠，物流速度非常快，现在基本全在jd购物了。

书非常不错，实用性很强！！！！

昨天订的书，预约今天时间准时送到，道路很滑快递员很辛苦，给一百个赞。

京东物流太牛逼

不错很好

很棒，赶快学会。

不错，还行一份价钱一分货吧

还行

书好.送的快服务到家。

同事让代买，我觉得这种书看看即可，对于游泳，还是得靠下水管用。

不错啊

还好

讲解得很详细的游泳自学指导书

很好，很喜欢，哈哈哈哈

讲解细致，适合学习使用。

全彩页的书很厚实，看完不会游泳，是不是我悟性太低

好的不得了。。。。。

书不错，就是物流速度差点儿意思。

值得购买，可以学会正确的游泳姿势。

挺实用的

东西用处不是很大，对于初学者来说涉及的基础比较少

很好，速度很快，正版！

送货很快，东西很好，大品牌值得信赖。

好书，买来深入学习一下如何游的更好，应该有用

OK 红红火火恍恍惚惚斤斤计较斤斤计较斤斤计较斤斤计较

相当不错的图书，值得购买

可以，要是DVD就好了

不错非常不错值得拥有

非常看的书，建议大家看看

书的质量挺好的，但书的内容没说到精髓。

搞活动买的非常合适 物流配送服务好以后还会再京东商城网购。

很实用

印刷质量相当好，清晰，纸张也不错，图文并茂，以后学游泳就靠它了！

从零开始学游泳

书一般，看完也学不会，跟老师学会块。

很好，速度很快

很好，很详细，分解动作非常到位

理论与实践，看能自学成功不

关于游泳的技巧讲解的很仔细，浅显易懂，很喜欢！

插画比较多，画面很清晰，内容觉得还行，介绍的比较到位。

相信京东出售商品的正品保障，只是希望除了618和1111以外，京东商城平时可以多些活动。

物流快，内容不错，值得拥有

不是太实用

还是京东快，书没问题，快递写到镇上了，去取了一趟还是比较快的。

可惜不能在泳池边儿，边看边学

好书！

努力学习

很好呀，很不错

图文并茂.....

[从零开始学游泳：仰泳、蛙泳、蝶泳、自由泳技巧完全图解_下载链接1](#)

书评

[从零开始学游泳：仰泳、蛙泳、蝶泳、自由泳技巧完全图解_下载链接1](#)