运动解剖书2:运动者受益一生的身体技能训练书



运动解剖书2:运动者受益一生的身体技能训练书_下载链接1_

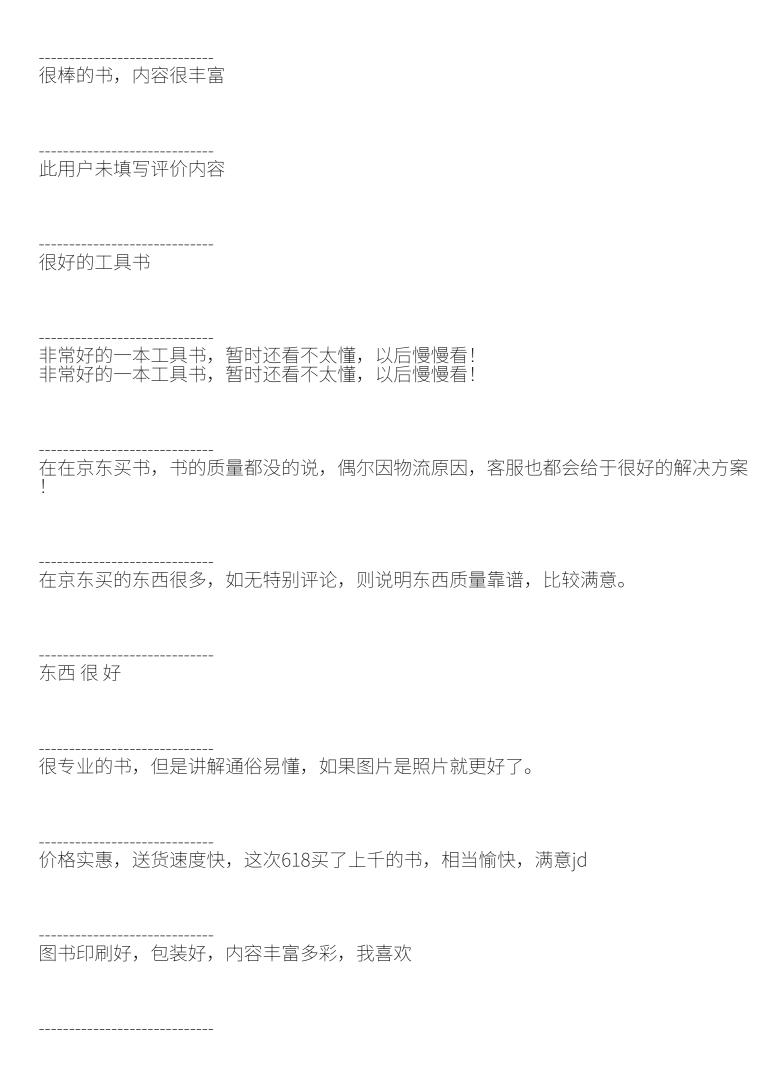
著者:[法] 布朗蒂娜・卡莱-热尔曼,安德烈・拉莫特 著,张丽 译

运动解剖书2:运动者受益一生的身体技能训练书 下载链接1

标签

评论

送货速度快,价格优惠。

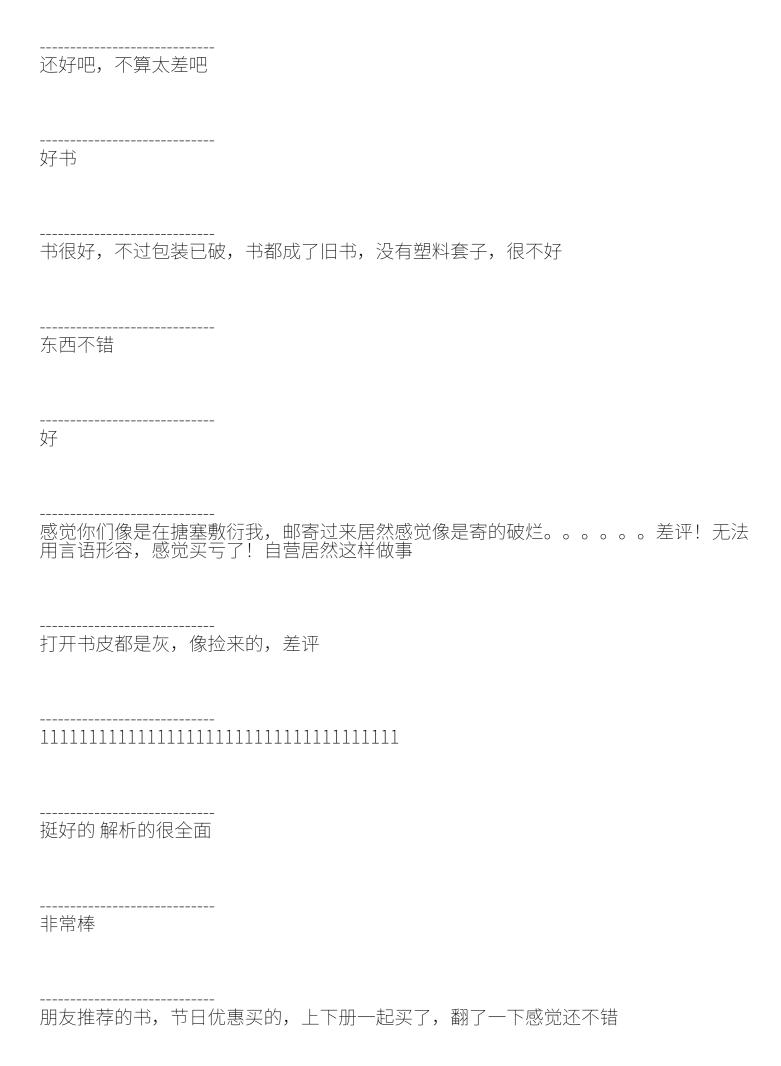


快递就只用了一个包装袋,打开后感觉书有点旧,而且前几页都有破损
 纸质没问题,正版来的。主要用来了解人体构造
 好书推荐,作为自己训练动作是基本要掌握的基础。
 哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈

京东还是一如即往的发货快 书到了 要慢慢看 很好的书

 还没看,先存着,一次买了好多本。
 大概翻了一下,好像讲身体拉伸
 不错,物有所值,值得购买,哈哈
 收到了,朋友用的书,看了,很好
 很好的一本书,值得推荐。
 写得非常好,图解详细
 两本都有,还不错
 好子女子女子女子女子女子女子
 慢慢看 感觉有用
 还好,没破损。
 发货迅速,正品

 学习学习



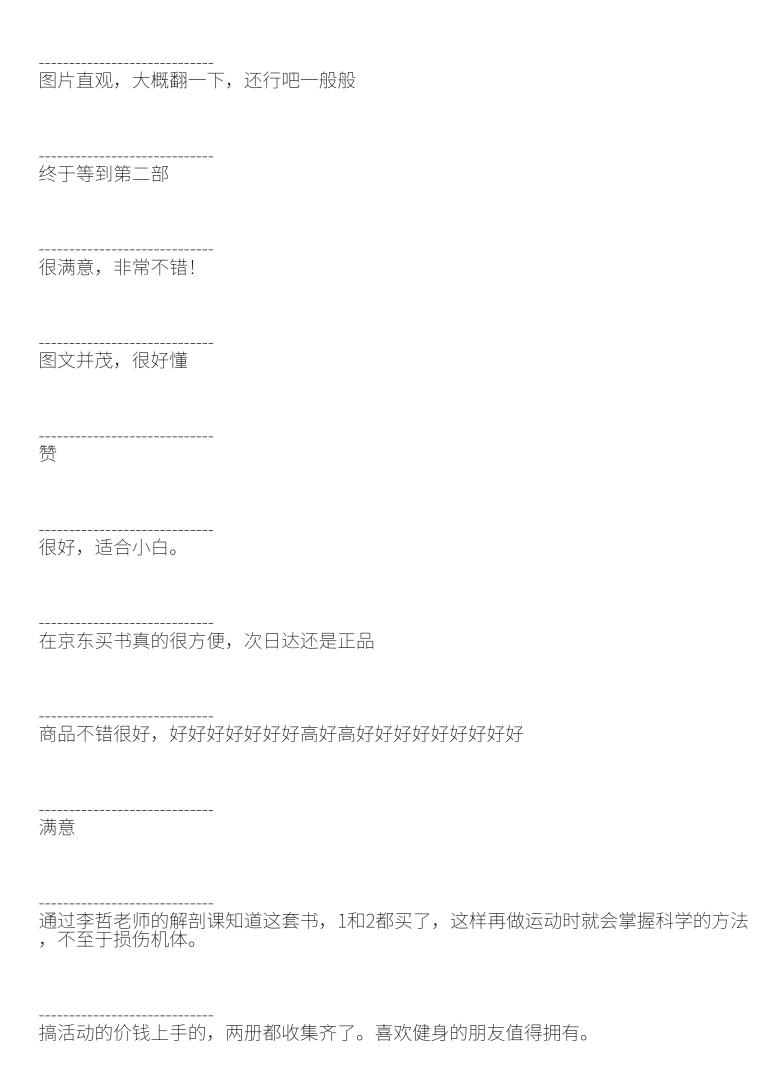
 枕边书 真的不错 我很喜欢 很专业 推荐
这么早睡不了自己也不会再想那么复杂?
看过第一部,这个还没看,包装啥的都挺好,正版推荐购买
 很全
 价廉物美,送货快姐,好评
送货又快包装又好! 京东购物有保障!
 纸张不错,应该是正本。
物流快,快递员也不错,书阅读时没异味

京东物流遇上双11也不快了?,买了好多书,不错!
 非常感谢京东商城物有所值
 挺好的一本书。。。。。。。。
进阶版,这本主要是基于第一册基础上讲解具体的运动和生理组织的关系
内容有些简单,爱好者用起来比较方便。还算行吧。
学习
可以呢 棒棒哒

· 一个话,适合爱研究康复运动的· · ·
京东图书搞活动很划算。好评。
和第一本比,这一本怎么那么像盗版的呢!
 有价值
好评 挺专业的书 京东做活动价格也不错 正版

非常的好,图文并茂,正在学习中。

进行同步讲解,提出一整套既切实有效又不易对人体造成伤害的练习,旨在为运动技能的丰富与强化提供帮助。 书中每个章节针对一个部位,每个部位的研究遵循同一顺序。 ?该部位的介绍与运动特性、运动状态的描述。 ?该部位的柔韧性研究、肌肉强化的研究以及与运动协调相关的研究。 ?在对身体部位进行解剖学的讲解之后,书中会推荐一系列实用练习。 多于800幅带批注的手绘插图,对身体准确的认识使运动者*大程度受益!
 要用心看,才能看懂········

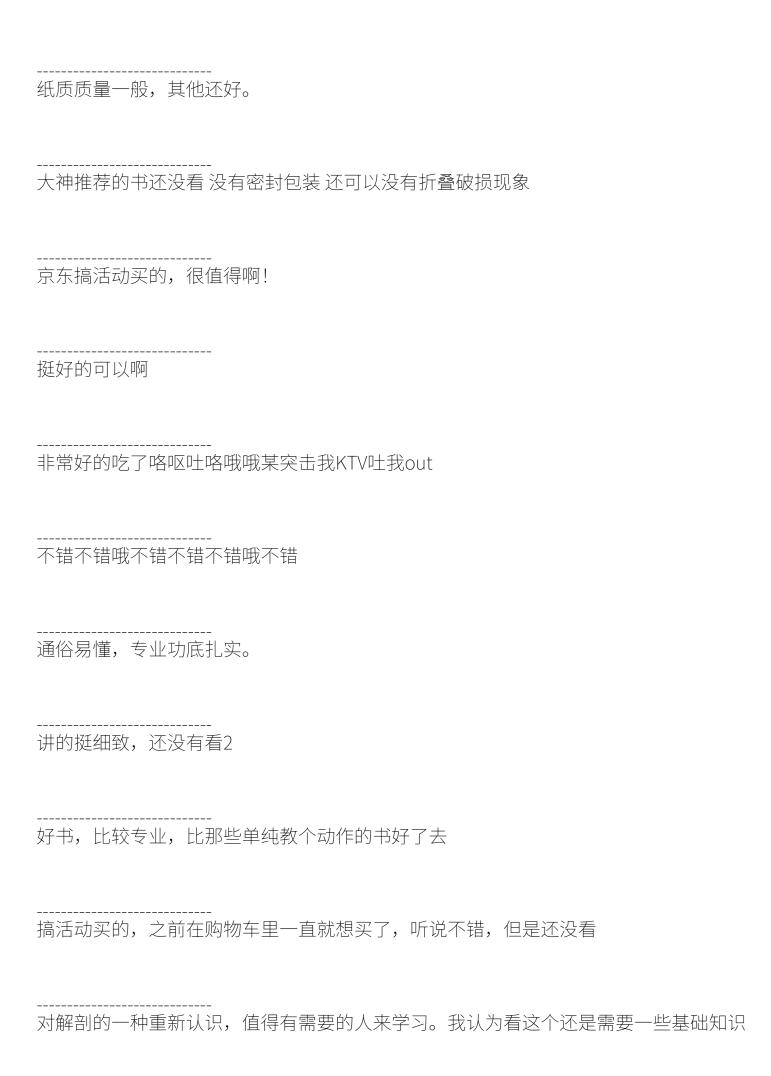


································
 不错
 质量不错,应该是正版,希望能学习下
【内容简介】天生歌姬踏入歌坛,首次发行精选,是*令人期待的年度精选大碟。 爱贝克思音乐A-Lin黄丽玲情歌金曲,索尼音乐娱乐正版代理引进推荐珍藏。 绝美2CD珍藏版:给我一个理由忘记、失恋无罪、寂寞不痛人气单曲完整收录。 *美的,*想念的,*传唱的,*刻骨铭心的,都会有一首A-lin是属于你的。 前所未有30首*强K歌,双CD每一首都是*爱。 专辑内附A-lin黄丽玲乐坛之路大事纪小海报,给您*美的收藏。
 非常不错,相当好用,随时翻翻

跟

正版好书,请放心购买!好好好!
书很不错 值得学习
 好书,正品! 好好好好好好好好好!
 618活动买的,性价比很高。
 挺专业的书籍,适合运动爱好者根据需要选择研读
 买来学习学习
 运动者受益一生的身体技能训练书,这话没错,好好学学
 非常实用的书!
 不错,简洁易懂哈
 好东西一定要和大家分享

好书好书,很有指导意义
 努力学习学习



质量非常好,与卖家描述的完全一致,非常满意,真的很喜欢,完全超出期望值,发货速度非常快,包装非常仔细、严实,物流公司服务态度很好,运送速度很快,很满意的一次购物

不错,就是实用性不太高

很好的一本书,在学习中

 暂时没有发现问题,暂时没有发现问题,
表为什么喜欢在京东买东西,因为今天买明天就可以送到。我为什么每个商品的评价都一样,因为在京东买的东西太多太多了,导致积累了很多未评价的订单,所以我统一用段话作为评价内容。京东购物这么久,有买到很好的产品,也有买到比较坑的产品,如果我用这段话来评价,说明这款产品没问题,至少90分以上,而比较拉及的产品,我绝对不会偷懒到复制粘贴评价,我绝对会用心的差评,这样其他消费者在购买的时候会作为参考,会影响该商品销量,而商家也会因此改进商品质量挺好的,以前重来不去评价的,不知道浪费了多少积分,自从知道评论之后京豆可以抵现金了,才知道评论的重要性,京豆的价值,后来我就把这段话复制了,走到哪里,复制到哪里,既能赚京豆,还非常省事,特别是不用认真的评论了,又健康快乐又能么么哒

本书是《运动解剖书:运动者要读透的身体技能解析书》的延续。 作为欧洲畅销30年的基础运动工具书,本书立足于解剖学知识,对身体结构与基础运动进行同步讲解,提出一整套既切实有效又不易对人体造成伤害的练习,旨在为运动技能的丰富与强化提供帮助。

书评

运动解剖书2:运动者受益一生的身体技能训练书_下载链接1_