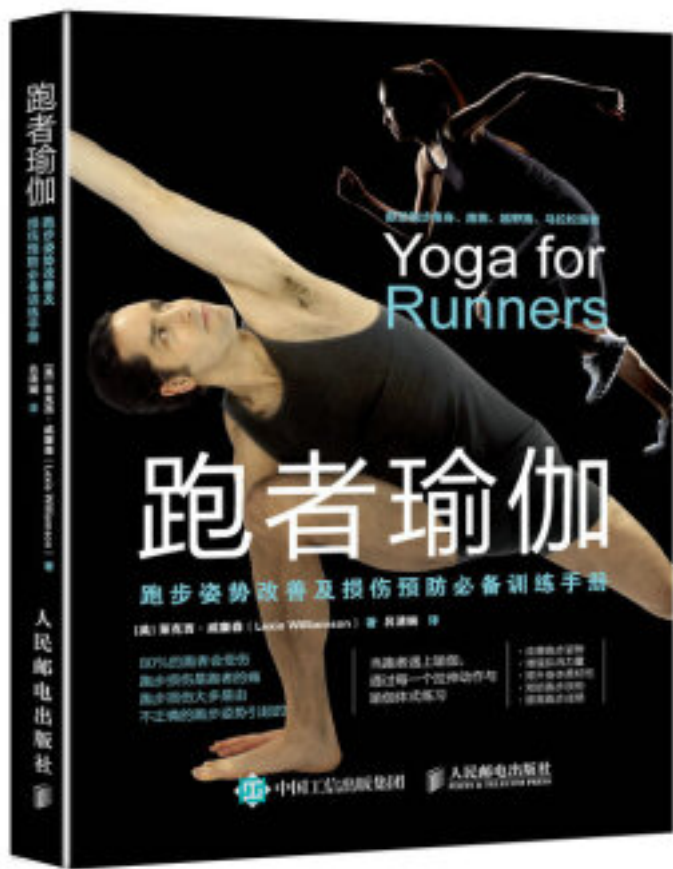


跑者瑜伽：跑步姿势改善及损伤预防必备训练手册



[跑者瑜伽：跑步姿势改善及损伤预防必备训练手册_下载链接1](#)

著者:[英] 莱克西·威廉森（Lexie Williamson） 著，吕清娴 译

[跑者瑜伽：跑步姿势改善及损伤预防必备训练手册_下载链接1](#)

标签

评论

很好的宝贝，很好的宝贝，

不错不错不错不错不错不错不错

针对跑步总结了很多瑜伽体式，针对性强，不错。

跑步爱好者专业书籍

商品很好，赞？

有点一般的书呢。

好书

真的非常有用，改善跑步姿势与预防损伤必看！

跑者瑜伽不错，对跑步很有帮助。

[跑者瑜伽：跑步姿势改善及损伤预防必备训练手册_下载链接1](#)

书评

[跑者瑜伽：跑步姿势改善及损伤预防必备训练手册_下载链接1](#)