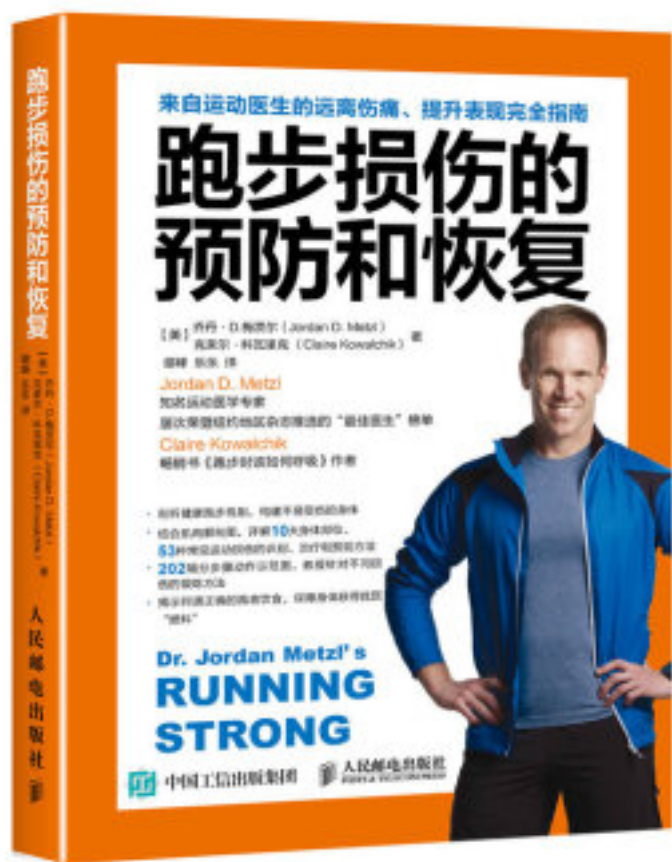


跑步损伤的预防和恢复



[跑步损伤的预防和恢复_下载链接1](#)

著者:[美] 乔丹·D·梅茨尔（Jordan，D.，Metzl），克莱尔·科瓦里克，[Claire ...
著，鄢锋，乐乐 译

[跑步损伤的预防和恢复_下载链接1](#)

标签

评论

这书实用性不太好，随便翻翻吧

跑步人士应该人手一本，跑步是为了健康，损伤无可避免的话，就要知道为什么和怎么办。

还没看。最贵的一本书。希望有效果

活动购买，价格相当实惠。跑步的书一般打折比较少，囤了一大批。

内容非常丰富的跑步损伤方面的书籍，对了解、预防和损伤的恢复有很好的指导意义。值得学习和借鉴！

此用户未填写评价内容

有针对性的解答了跑步中的损伤和恢复治疗，适合初跑的学习借鉴

好书，跑者免伤必备神器！

书不错，很有指导意义。包装就很省事了！

好书，正要锻炼减肥，可是脚上总是起泡，买本书看看，怎么科学锻炼，预防运动伤害。

正在学习当中，实用性强，摸索体验着……。

物美价廉，值得购买！

京东品质！好！很棒！给个好评！分享一下！

书还没有看，暂不作评价，京东的物流倒是很快，不错哦～～

活动价格买的，质量不错，物流很快

补完脑子后再继续训练，不然容易受伤

给朋友买的！这本书讲的比较详细！介绍的比较全面！

书是正版的，买的很值！

正版+经典书目，谢谢！

非常优秀的品质 非常出色的服务 非常优惠的价格

送货快，用卷以后超便宜。618很适合。

不错书籍，值得学习。

挺不错的，对跑步爱好者有一定帮助

感觉这本书写的一般，价钱还跟贵。

要对跑步有帮助，写的不错！

包装完好发货快

东西不错，很值得买

内容不全，但有参考价值

东西不错，送货很快。

还是不错的。。

好书，有帮助。赞

很实用的工具书。

这书一般般吧，不推荐了

好书都贵

很实用

还可以

有用！

快

[跑步损伤的预防和恢复_下载链接1](#)

书评

[跑步损伤的预防和恢复_下载链接1](#)