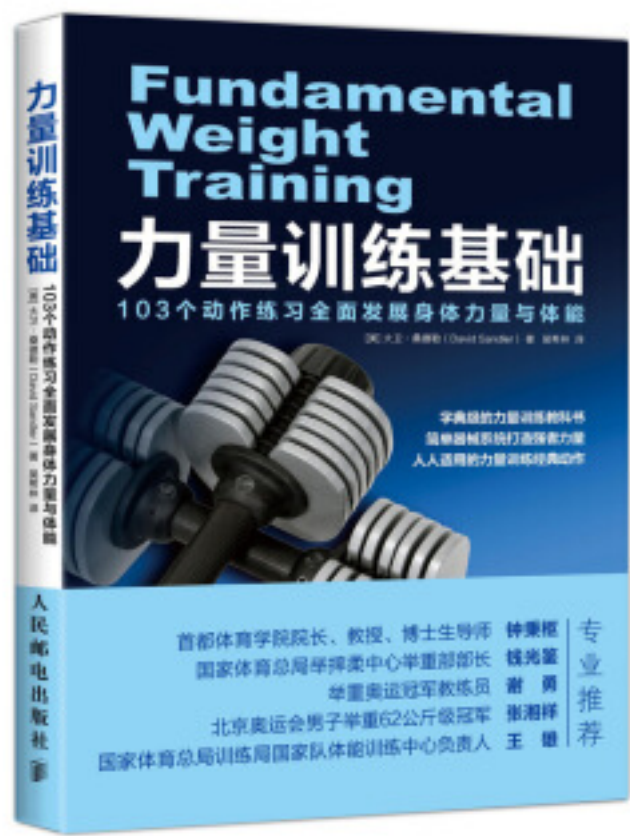


力量训练基础

103个动作练习全面发展身体力量与体能



[力量训练基础 103个动作练习全面发展身体力量与体能_下载链接1](#)

著者:[美] 大卫·桑德勒（David Sandler） 著，吴希林 译

[力量训练基础 103个动作练习全面发展身体力量与体能_下载链接1](#)

标签

评论

锻炼身体从基础开始，学习学习还是不错滴。

[力量训练基础 103个动作练习全面发展身体力量与体能_下载链接1](#)

书评

[力量训练基础 103个动作练习全面发展身体力量与体能_下载链接1](#)