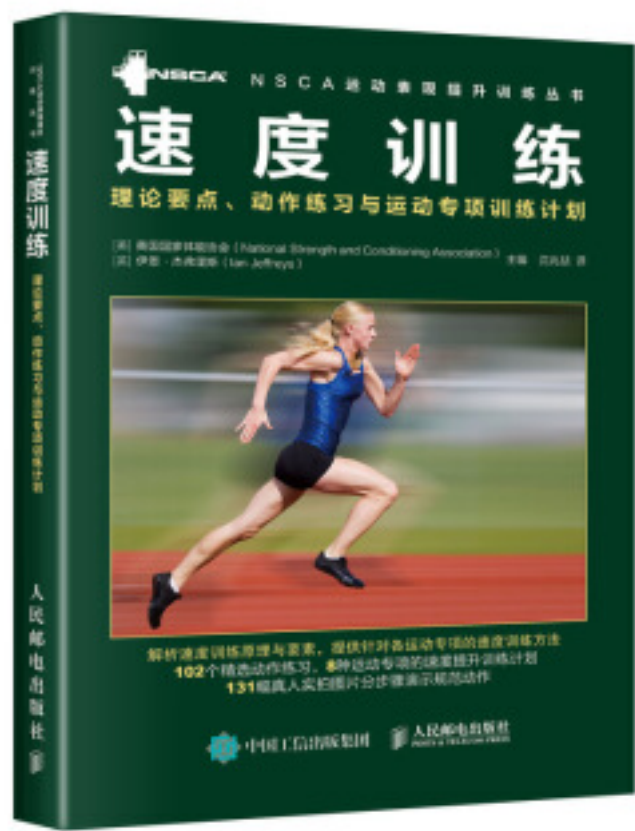


速度训练：理论要点、动作练习与运动专项训练计划



[速度训练：理论要点、动作练习与运动专项训练计划_下载链接1](#)

著者:[美] 美国国家体能协会（National Strength and Conditioning Association），[英] 伊恩·杰弗里斯（Ian Jeffreys） 著，沈兆喆 译

[速度训练：理论要点、动作练习与运动专项训练计划_下载链接1](#)

标签

评论

[速度训练：理论要点、动作练习与运动专项训练计划_下载链接1](#)

书评

[速度训练：理论要点、动作练习与运动专项训练计划_下载链接1](#)