

<<运动养生与健康>>

图书基本信息

书名：<<运动养生与健康>>

13位ISBN编号：9787500934967

10位ISBN编号：7500934963

出版时间：2008-9

作者：耿同满

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<运动养生与健康>>

### 内容概要

《运动养生与健康》主要内容：健康是人们的基本需求，没有健康就没有高质量的生活。从我国城市居民生活水平来看，已经进入一个追求生活质量的新时代，但是从国情来看，与全面建设小康社会相适应的健康、科学、文明的生活方式尚未建立，人们的健康观念亟需提高，全民健身的氛围尚未形成。

学校和社会还存在重智育、轻体育，重营养、轻锻炼，重技能、轻体能的倾向。

《运动养生与健康》以新视角介绍了生命特征与运动关系，并以国内外一些政治人物终身体育运动的事例，证明了运动养生是提升生命品质和生活质量的重要途径。

<<运动养生与健康>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>