第一图书网, tushu007.com

# <<强健背部运动 (平装)>>

## 图书基本信息

第一图书网, tushu007.com

# <<强健背部运动 (平装)>>

## 内容概要

你試過腰酸背痛嗎？
原來全球有近八成人口跟你有同樣經驗！
本書由資深的復康治療師，為你介紹背痛的成因、急性背痛和慢性背痛的急救方法、預防背痛產生和復發的辦法。
書中提供多項練習動作，圖文並茂、循序漸進、容易掌握、安全可行，讓你擁有強健、柔韌、健康的背部，迎接美好人生！

第一图书网, tushu007.com

# <<强健背部运动 (平装)>>

## 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