第一图书网, tushu007.com

<<Get Fit减肥72.>>

图书基本信息

书名：<<Get Fit减肥72.>>

13位ISBN编号：9789868093195

10位ISBN编号：9868093198

出版时间：20050401

出版时间：奥諾詩

作者：周子沖編

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

運動有多快樂
台灣的運動人口根據2004年中華民國體委會的調查報告，國人對運動是抱持正面而喜愛的態度，有62.40%的人表示自己喜歡運動，其中有50.59%表示自己有定期運動。
也就是說，全國有一半以上的人，願意把運動排進每天的休閒時間中為什麼他們喜歡運動？
有七成七是為了健康(77.17%)，兩成是為了健身(23.99%)，近兩成是習慣(19.86%)，其他是分別是想和朋友家人在一起(18.65%)和好玩、有趣(17.90%)。

高品味、高知識性產品的代言人Get Fit的目標讀者群為上班族、自由業、公務員、教師，他們共同的特色是高學歷、高學識、高度的自我主張，平均收入中上，購買力也高。
因此具備高品味、高知識性的產品是他們的最愛。
⊙充實健康知識
⊙提昇運動技術
⊙擴展運動朋友！

1. Man / woman of This Month：封面專題
2. Body Observation : 男人or 女人的身體秘密~名人Get Fit 經驗談
3. Get fit B計劃 : Get Fit 私人教練為你開立屬於你個人的運動處方
4. Special Prescription:瘦子增重計劃
6. Visual Body : 名人健康露一點
7. Get Fit DIY : 減肥塑身，肌肉訓練教室
8. Touch Deep Breath: 減肥塑身，有氧運動練教室
9.Hot Sport : 水上運動及球類運動教室
10.Further Service : 體適能運動即時報導

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