

<<跟专家练健美.减肥.健身>>

图书基本信息

书名：<<跟专家练健美.减肥.健身>>

13位ISBN编号：9787810512862

10位ISBN编号：7810512862

出版时间：1998-08

出版时间：北京体育大学出版社

作者：裔程洪

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>

<<跟专家练健美.减肥.健身>>

作者简介

作者简介

裔程洪，男，汉族，1937年出生江苏盐城。

1959年毕业于原北京体育学院，系北京体育大学教授，硕士研究生导师。

1959年在第一届全运会通过举

重运动健将，其后获中量级全国举重冠军。

现在是举重国际A级裁判。

历任中

国举协健美委员会副主任、裁判委员会执行委员；北京市举协副主席、健美协会顾问等职。

是原国家体委聘任的举重（含健美）教材小组组长，主编

出版了《举重》、《健美运动》两本体育学院通用教材；系原国家教委聘任的《形体健美和健美操》（高校通用教材）的特约审稿人。

在举重、健美、健身及力量训练

方面有论文、著述和译作百万余字。

代表作有《形体健美大全》、

《家庭健美活动指南》、《力量训练》等十我本专著。

编导健美、健

身录像片4部，先后在中央电视台播放，精品有《室内健美健身运动》、《家庭健美器训练三部曲》等。

《家庭健美活动指南》、《力量训练》等十我本专著。

编导健美、健

身录像片4部，先后在中央电视台播放，精品有《室内健美健身运动》、《家庭健美器训练三部曲》等。

《家庭健美器训练三部曲》等。

<<跟专家练健美.减肥.健身>>

书籍目录

<<跟专家练健美.减肥.健身>>

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>