



全民健身 指南

国家体育总局 编

QUANMIN JIANSHE ZHINAN

全民健身指南首次发布

10位奥运世界冠军助推



120+ 标准动作视频 轻松一扫学习技能

北京体育大学出版社

《全民健身指南》

编委会

编委会主任：赵 勇

编委会副主任：李业武 高元义 田 野

主 编：田 野

编 委：（按姓氏笔画排序）

于 涛 王 欢 江崇民 汤 强 安江红 李 勇
李 然 邱俊强 何子红 何仲涛 张培珍 邵 波
郑念军 赵 晋 洪 平 郭红生 黄传业（执笔）
蔡 睿

责任编辑：赵海宁

封面设计：精彩视觉

全民健身指南

QUANMIN JIANSHE ZHINAN



ISBN 978-7-5644-2922-5



定价：29.80元