

《瑜伽与康复》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2011年10月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787564408138

内容简介

邓士琳、叶灵子编著的《瑜伽与康复》主要内容包括：瑜伽概述、瑜伽调息法、瑜伽冥想、瑜伽休息术、瑜伽饮食观、瑜伽疗法的应用及其作用机理、瑜伽练习的要求和注意事项、瑜伽与一般运动的不同。

《瑜伽与康复》教你怎样通过练习瑜伽，预防生活中常见的慢性病。

作者简介

邓士琳，医学博士，执业医师，运动康复专业副教授，武汉体育学院运动医学硕士，华中科技大学同济医学院医学博士。

目前，从事运动康复和瑜伽自然疗法等方面的工作六年有余。曾亲赴印度Integral Yoga Institute（整体瑜伽学院）学习基础瑜伽和瑜伽自然疗法，师从印度自然医学博士R.S.Nandhini女士。擅长将瑜伽自然疗法应用于颈肩腰腿疼痛、高血压、腰椎间盘突出症、腰肌劳损、慢性支气管炎、消化性溃疡、肥胖症、睡眠障碍等疾病的辅助治疗，取得了较好的效果。

目录

???

???

???

???

???

???

???

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)