

تأثیر ورزش بر کنترل وزن زنان میانسال

مؤلف
مریم اسمعیلی



سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور : اسمعیلی، مریم، ۱۳۶۰-
مشخصات نشر : تهران : سنجش و دانش، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری : ۶۹ ص.
شابک : ۲۵۰۰۰ ریل - ۹-۲۸۲۸-۰۵-۶۲۲-۹۷۸-۰:
وضعیت فهرست نویسی : فیا
یادداشت : کتابخانه: ص. ۴۹ - ۶۳.
موضوع : تمرین های ورزشی برای میان سالان -- ایران -- گزارش های بالینی
studies Case -- Iran -- persons aged middle for Exercise
چاقی در زنان -- ایران -- گزارش های بالینی
studies Case -- Iran -- women in Obesity

رده بندی کنگره : ۶/۴۸۲GV
رده بندی دیویی : ۷۰۴۴۶/۶۱۳
شماره کتابشناسی ملی : ۸۵۶۸۱۲۳
اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیا

عنوان : تأثیر ورزش بر کنترل وزن زنان میانسال	 www.sanjesh.ir sanjeshodanesh@iran.ir قیمت : ۲۵۰۰۰۰ ریال
مؤلف : مریم اسمعیلی	
ناشر : سنجش و دانش	
نوبت چاپ : چاپ اول - ۱۴۰۰	
تیراژ : ۳۰ نسخه	
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۰۵-۲۸۲۸-۹	
نشانی : میدان انقلاب . خیابان انقلاب . خیابان دانشگاه . پلاک ۱۳۶ . تلفن : ۰۲۱۶۱۲۶	
«کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر محفوظ می باشد»»	

فهرست مطالب

۱.....	فصل اول.....
۱.....	کلیات.....
۲.....	مقدمه.....
۵.....	تمرینات پيلاتس.....
۵.....	تمرینات ایروبیک.....
۶.....	تعریف عملیاتی.....
۶.....	ترکیب بدنی.....
۶.....	تصور بدنی.....
۷.....	فصل دوم.....
۷.....	مروری بر ادبیات.....
۸.....	مقدمه.....
۸.....	زمینه های نظری موضوع.....
۸.....	چاقی.....
۱۰.....	چربی و محاسبه چربی بدن.....
۱۱.....	معیار چربی بدن زنان.....
۱۱.....	معیار چربی بدن مردان.....
۱۲.....	ترکیب بدن.....
۱۳.....	تصور بدنی.....
۱۴.....	ارزیابی تصور بدنی.....
۱۴.....	مدلهای تصور بدنی.....
۱۵.....	جنسیت و نارضایتی از بدن.....
۱۵.....	شاخص توده بدنی و نارضایتی از بدن.....
۱۵.....	باز خورد بین فردی و تصور بدنی.....
۱۵.....	ورزش و تصور بدنی.....
۱۶.....	درون داد غذایی و تصور بدنی.....
۱۶.....	وزن کشی مکرر و نارضایتی از بدن.....
۱۶.....	برخورد با رسانه های گروهی و تصور بدنی.....
۱۷.....	نظریه های تصور بدنی و نارضایتی از بدن.....
۱۸.....	فعالیت بدنی.....
۱۸.....	پيلاتس.....
۲۰.....	ایروبیک.....