

تمرینات تعادل و استقامت در سالمندان

علی دامگری

دکترای بهداشت سالمندی

زمستان ۱۴۰۰

سرشناسه	: دادگری، علی، ۱۳۴۴ - (دکتر)
عنوان و نام پدیدآور	: تمرینات تعادل و استقامت در سالمندان/علی دادگری.
مشخصات نشر	: تهران: جلوه نوین، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۸۶ص: مصور (رنگی).
شابک	: 978-622-5728-00-4
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: تمرین های ورزشی برای سالمندان Exercise for older people آمادگی جسمانی سالمندان Physical fitness for older people ورزش برای سالمندان Sports for older people
رده بندی کنگره	: GV۴۸۲/۶
رده بندی دیویی	: ۶۱۳/۷۰۴۴۶
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۶۹۸۵۰۸
اطلاعات رکورد کتابشناسی	: فیا

نام کتاب	: تمرینات تعادل و استقامت در سالمندان
پدیدآورنده	: دکتر علی دادگری
ناشر	: انتشارات جلوه نوین
نوبت چاپ	: اول - زمستان ۱۴۰۰
تیراژ	: ۱۰۰ جلد
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۵۷۲۸-۰۰-۴
طراحی و صفحه آرای	: انتشارات جلوه نوین
قیمت	: ۴۰۰۰۰۰ ریال

کلیه حقوق مادی و معنوی کتاب متعلق به مولف می باشد.

آدرس: تهران - خیابان انقلاب - خیابان ۱۲ فروردین - خیابان وحید نظری

پلاک ۱۰۵ - واحد ۹

تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۸۵۲۳۵

www.bdpub.ir

فهرست محتوا

فصل ۱

۷..... سالمندی فعال : مفاهیم بنیادی

فصل ۲

۳۹..... تمرینات بدنی در سالمندان

فصل ۳

۵۹..... تمرینات تعادل و استقامت در سالمندان

۸۴..... منابع