

عنوان و نام پدیدآور : فعالیت‌های بدنی در محل کار [فلش کارت] : تمرین و حرکات کششی و نرمشی به منظور پیشگیری از مشکلات اسکلتی، عضلانی و آسیب‌های چشمی (براساس استانداردهای ارگونومی استرالیا و آمریکا) / مؤسسه رنگین کمان حرکت توسن؛ پدیدآوران زهرا فتحی رضائی، سید حجت زمانی ثانی.

تبریز: طین دانش، ۱۳۹۵.

۷۲ کارت: دورو، رنگی؛ ۸/۸ × ۱۳ س.م.

978-600-94965-5-6

فعالیت بدنی

محیط کار

تمرین‌های ورزشی

کارت‌های نرمشی

بویتی

فتحی رضائی، زهرا، ۱۳۶۲ -

رضائی، سید حجت، ۱۳۶۳ -

مؤسسه رنگین کمان حرکت توسن

of the exercise.pdf

Tan, Danesh.doc

شناسه افزوده

شناسه افزوده

دسترس و محل الکترونیکی

فعالیت‌های بدنی در محل کار

مؤلف: دکتر زهرا فتحی رضایی (عضو هیئت علمی دانشگاه تبریز)
دکتر سید حجت زمانی ثانی (عضو هیئت علمی دانشگاه تبریز)

تصویرگر: مریم فرید فتحی

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۵ - تبریز

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه