

دانشنامه‌ی مجمع

مجموعه کتاب‌های مدیریت راهبردی زندگی | سبک زندگی ایرانیان

۲۴
جلد

دوچرخه سواری

اصول و مبانی تمرین

و آمادگی جسمانی دوچرخه سواری

Will Peveler

ادگار شمعونیان | محمد علی آذربایجانی

سرسناسه:	شمعونیان، ادگار، ۱۳۶۰ -	شناسه افزود:	آذربایجانی، محمدعلی، ۱۳۵۱ -
عنوان و نام پدیدآور:	اصول و مبانی تمرین و آمادگی جسمانی دوچرخه‌سواری / شناسه افزود:	مجمع، محمدرضا، ۱۳۴۹ -	ویراستار
مشخصات نشر:	تهران: انتشارات مجمع، ۱۳۹۲.	شناسه افزود:	قریشی، زهرا، ۱۳۴۹ - ویراستار
مشخصات ظاهری:	۲۰۲ص: مصور(رنگی)، جدول، یک لوح فشرده	شناسه افزود:	مجموعه کتاب‌های مدیریت راهبردی زندگی، سبک زندگی ایران، آ.ج. ۲۴
فروست:	دانشنامه‌ی مجمع مجموعه کتاب‌های مدیریت راهبردی زندگی، سبک زندگی ایرانیان، آ.ج. ۲۴	رده بندی کنگره:	۱۳۹۲ ج. ۲۴ / HQ۱۰
نشابک:	۹۷۸-۶۰۰-۶۶۲۵-۱۵-۷ دوره ۷-۱۵-۶۶۲۵-۹۷۸-۶۰۰ شماره کتابشناسی ملی: ۳۱۶۰۱۹۶	رده بندی دیویی:	۳۰۶/۸۵۰۷
وضعیت فهرست نویسی:	فبا		
موضوع:	خانواده - راهنمای آموزشی		
موضوع:	دوچرخه سواری - تعلیم		

نام کتاب	اصول و مبانی تمرین و آمادگی جسمانی دوچرخه‌سواری
پدیدآورندگان	ادگار شمعونیان محمد علی آذربایجانی
ویراستاران	محمدرضا مجمع زهرا قریشی
نوبت و سال چاپ	اول ۱۳۹۲
شمارگان	دویست (۲۰۰) نسخه
ناشر	انتشارات مجمع خیابان شریعتی، بالاتر از دولت، نرسیده به پل صدر، شماره ۱۶۷۱ تلفن: ۲۲۶۴۵۲۷۲ - ۲۲۶۴۵۲۷۳ صندوق پستی: ۱۹۳۹۵-۲۷۲۳ www.Publications.majma.biz info@majma.biz
مراکز پخش و فروش	۱- مؤسسه انتشاراتی و مطبوعاتی مجمع نشانی تهران خیابان دکتر شریعتی - بالاتر از دولت - نرسیده به پل صدر - شماره ۱۶۷۱ تلفن: ۲۲۶۴۵۲۷۲ - ۲۲۶۴۵۲۷۳ صندوق پستی: ۱۹۳۹۵-۲۷۲۳ www.Press.majma.biz info@majma.biz ۲- سامانه نظام جامع مدیریت فروش روی خط (Online) فروشگاه کتاب مجمع = خرید روی خط (Online) نشانی: WWW.Book.majma.biz
ارتباط با پدیدآورندگان	Edgar.Shamounian@gmail.com
چاپ	نگین
قیمت دوره‌ی چهار جلدی همراه با لوح فشرده‌ی تصاویر	۲۹۰/۰۰۰ ریال
شماره‌ی شابک جلد بیست و چهارم	۹۷۸-۶۰۰-۶۶۲۵-۱۹-۵
شماره‌ی شابک دوره‌ی دوچرخه‌سواری	۹۷۸-۶۰۰-۶۶۲۵-۱۵-۷

حامیان انتشارات مجمع

در انتشار: دانشنامه‌ی مجمع - مجموعه کتاب‌های مدیریت راهبردی زندگی - سبک زندگی ایرانیان

دوره‌ی دوچرخه‌سواری - جلد بیست و چهارم

مؤسسه فرهنگی و هنری مجمع | مرکز آموزش علمی-کاربردی صنعت جهانگردی تهران دو | مرکز آموزش علمی-کاربردی فرهنگ و هنر واحد ۲۲ تهران | انجمن خدمات پژوهشی و تحقیقاتی اوراسیا | مجموعه تربیت بدنی و علوم ورزشی مجمع

حق چاپ برای انتشارات مجمع محفوظ می‌باشد.

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۹	فصل اول : برنامه‌های تمرین ورزشی
۲۷	فصل دوم : فیزیولوژی دوچرخه‌سواری
۵۳	فصل سوم : اصول اساسی تمرین ورزشی
۸۱	فصل چهارم : تمرین در دوران خارج از مسابقه
۱۲۹	فصل پنجم : تغذیه
۱۴۷	فصل ششم : کمک‌های نیروزا
۱۶۳	فصل هفتم : بدن منحصر به فرد شما
۱۹۵	منابع و مآخذ
۲۰۱	درخواست