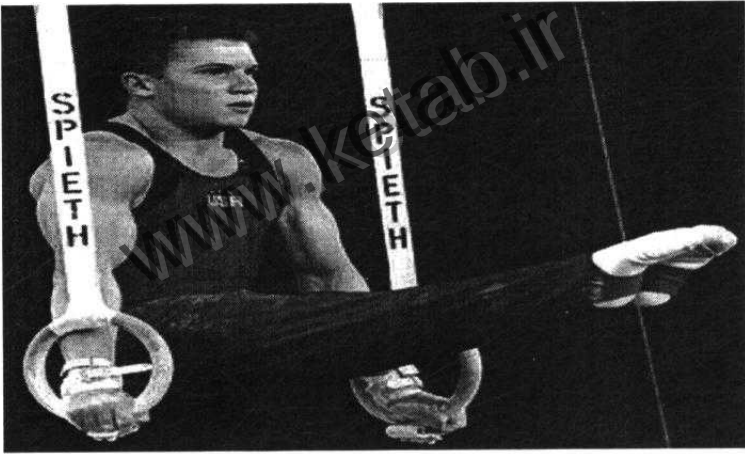


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

چرا ژیمناستیک

(راهنمای تخصصی مربیان، معلمان و دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی)



مؤلفین: دکتر رضا نظری (مربی و داور فدراسیون ژیمناستیک)

ساسان مولوی (مربی فدراسیون ژیمناستیک)



سرشناسه	نظری، رضا، ۱۳۵۸-
عنوان و نام پدیدآور	چرا ژیمناستیک (راهنمای تخصصی مربیان، معلمان و دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی)/ مولفین رضا نظری، ساسان مولوی.
مشخصات نشر	تبریز: تام آی، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	۱۸۴ ص.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۶۷۹۶-۳۴-۷
وضعیت فهرست نویسی	فیبیا
موضوع	ژیمناستیک
موضوع	Gymnastics
موضوع	ژیمناستیک -- تعلیم
موضوع	Gymnastics -- Training
شناسه افزوده	مولوی، ساسان، ۱۳۶۵
رده بندی کنگره	GV۴۶۳/۲
رده بندی دیویی	۷۹۴/۴۰۸
شماره کتابشناسی ملی	۸۸۰۲۹۵۶



نام کتاب	چرا ژیمناستیک
مؤلفین	دکتر رضا نظری، ساسان مولوی
ناشر/ تیراژ	انتشارات تام آی/ ۱۰۰۰
نوبت چاپ	اول/ ۱۴۰۰
قطع/تعداد صفحه	وزیری/ ۱۸۴ ص
چاپ و صحافی	اولدوز
شابک	۹۸۷-۶۲۲-۶۷۹۶-۳۴-۷
ویراستار علمی	فاطمه رزاقی
ویراستار ادبی	حسین عالم دوست

قیمت: ۷۰۰۰۰ تومان

کلیه حقوق این اثر برای مؤلفین محفوظ است و هیچ شخص حقیقی و حقوقی حق چاپ و برداشت تمام یا قسمتی از اثر را به صورت چاپ، فتوکپی، جزوه حتی دست نویس ندارد و متخلفین به موجب بند ۵ از ماده ۲ قانون حمایت از ناشرین تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.

Email: entesharat.tamay@gmail.com

آدرس ناشر و مرکز پخش: تبریز-خیابان سالاری-سه راهی ابوریحان-بیمه نوین تلفن: ۰۹۱۴۴۱۰۱۸۵۶

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

فصل اول: کلیات ژیمناستیک

۱۰	مقدمه
۱۰	تاریخچه ژیمناستیک
۲۲	تاریخچه ژیمناستیک در ایران
۲۶	تاریخچه وسایل ژیمناستیک
۵۵	ژیمناستیک ورزش مادر
۶۱	شاخه های ژیمناستیک
۶۱	ژیمناستیک ریتمیک
۷۲	ترامپلین
۷۴	ایروبیک ژیمناستیک
۷۶	آکروبات ژیمناستیک (آکروژیم)
۷۷	زنان در ژیمناستیک
۸۲	معرفی اساطیر ژیمناستیک