



市场信息报

WEI SHENG ZHOU KAN

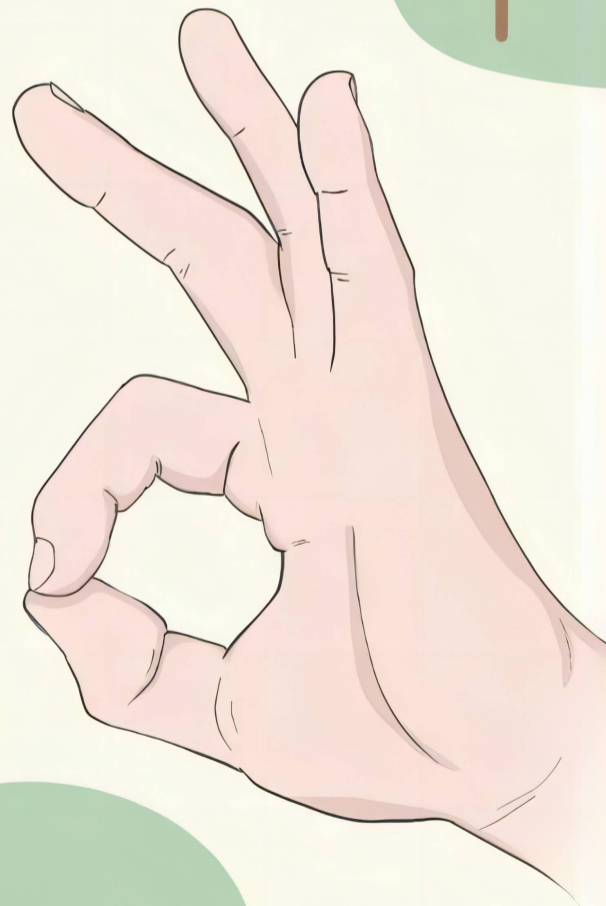
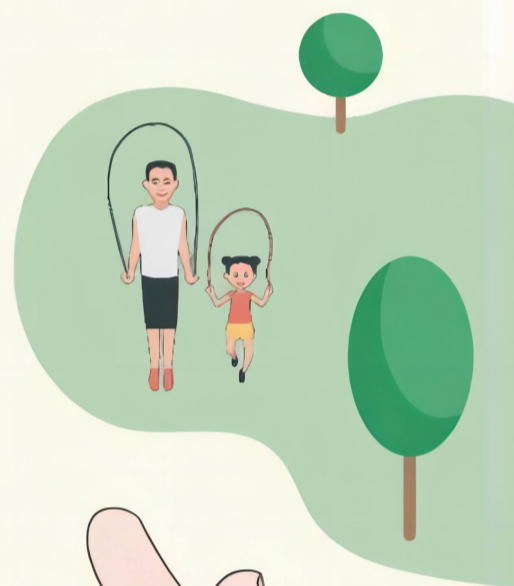
卫生周刊

市场信息报社出版 国内统一连续出版物号: CN14-0016 / 邮发代号: 21-13

2024年3月 27日
星期三
甲辰年二月十八

科学健身 促进健康

动则有益,贵在坚持;
方式恰当,强度适宜;
时长合理,量力而行;
循序渐进,减少风险。



国家卫生健康委宣传司 指导
中国健康教育中心 制作