推薦老師:侯志輝

書名：請問雷博士！

運動科學是與非

作者：雷雄德

【推薦原因】

運動醫學及科學專家，
拆解坊間運動的謬誤，
提供有趣的運動冷知識，
讓你更享受運動的樂趣，
一齊響應全民運動！

隨著運動熱潮愈來愈普及，我們既要學「是」，又要學「非」，這樣才能夠明辨是非。雷博士以淺易的文字講解運動科學理論，為讀者拆解坊間謬誤，提供一些運動冷知識，幫助大家更享受運動的樂趣！