

6月特集 「スポ読（スポーツ×読書）」

書名をクリックで図書詳細画面が表示されます

書名	資料ID	請求記号
ウォーキングの科学：10歳若返る、本当に効果的な歩き方	50133420	080-BU-2113
ずぼらヨガ：自律神経どこでもリセット！	50129632	498.34-Sa42
歩く：マジで人生が変わる習慣	50140883	498.35-I32
アスリートのための「こころ」の強化書：メンタルトレーニングの理論と実践	50141057	780.14-Ts32
アスリートのためのスポーツ栄養学：栄養の基本と食事計画	50137824	780.19-A93
科学で鍛える！筋トレ超大全：最新理論で理想の筋肉をつくる	50140509	780.7-I43
No.1アスリートを育てたカリスマトレーナーが教える世界最高のフィジカル・マネジメント：誰もが健全なカラダに生まれ変わる3つのメソッド	50139164	780.7-N37
強いチームはなぜ「明るい」のか	50140037	780.7-Y92
サイエンス・オブ・ストレッチ	50140499	781.4-Ma39
勝ち続ける理由	50129436	782.3-H31
最新科学が教えるバスケットボールのオフenseメソッド	50139836	783.1-Ko92
バレーボールアタッカー上達バイブル：「決定力」を高める実践ポイント50	50140197	783.2-B21
サッカーフィジカルのプレーモデル	50139175	783.47-Mi67
ラグビー勝負のメカニズム	50139862	783.48-G72
テニス上達へ導く理論&メカニズム：必勝メソッドの理解と実践	50139646	783.5-Sa85
勝つ！卓球「回転」レベルアップバイブル：試合で差がつくテクニック55	50135820	783.6-Ki57
勝てる監督は何が違うのか	50139168	783.7-H71
日本野球の現在地、そして未来	50139598	783.7-I11
野球ピラティス：野球のケガ予防とパフォーマンス向上に役立つ究極のピラティス・エクササイズ = Baseball Pilates	50139674	783.7-I14
メジャーリーグは知れば知るほど面白い：人気野球YouTuberが教えるMLB観戦ガイド	50139177	783.7-Me28
大谷翔平のバッティング解剖図鑑	50140577	783.7-Ta13
バッテリー	50116829	913.6-A87
アルプス席の母	50140381	913.6-H47
俺たちの箱根駅伝(上)	50139145	913.6-I33-1
俺たちの箱根駅伝(下)	50139146	913.6-I33-2
我が友、スミス	50136245	913.6-I72
風が強く吹いている	50122612	913.6-Mi67