

大崎図書館「スポーツフェア」特集資料一覧

令和6年9月1日

バーコード	タイトル	巻号	著者名	出版社	ISBN	請求記号
0912104165	アスリートヨガ		ライアン・カニングハム／著	ガイアブックス	978-4-88282-991-1	498.3/h/
0912128855	こころとカラダが変わるYoga		ホットヨガスタジオLAVA／監修	池田書店	978-4-262-16565-3	498.3/コ/
0912067704	知的障害児・者のスポーツ		丹野哲也／監修	東洋館出版社	978-4-491-03269-6	378.6/フ/
0912056620	ライザップごはん		RIZAP株式会社／著	講談社	978-4-06-220131-5	498.5/フ/
0911961830	オリンピックへ行こう!		真保裕一／著	講談社	978-4-06-220986-1	913.6/フ/
0912064408	なんでわざわざ中年体育		角田光代／著	文藝春秋	978-4-16-390535-8	914.6/h/
0912050663	スイム!スイム!スイム!		五十嵐貴久／著	双葉社	978-4-575-23962-1	913.6/フ/
0912229295	栗村修の今日から始めるスポーツ自転車生活		栗村修／著	エクシア出版	978-4-908804-77-9	536.8/フ/
0911945523	60歳からの筋力づくり体にホントにいいのはどっち?		周東寛／著	コスモ21	978-4-87795-346-1	498.3/フ/
0912096420	世界の最新医学が証明した究極の疲れないカラダ		仲野広倫／著	アチーブメント出版	978-4-86643-011-9	492.7/フ/
0912056578	ターンオーバー		堂場瞬一／著	角川春樹事務所	978-4-7584-4017-2	913.6/ト/
0912028090	運動の半年		銀色夏生／[著]	KADOKAWA	978-4-04-103153-7	914.6/キ/
0912232325	トレーニングのプロが本気で考えた効果絶大自重筋トレ		今川泰憲／著	コスミック出版	978-4-7747-4004-1	780.7/フ/
0912190931	知性を鍛える究極の筋トレ		井谷武／著	マガジンハウス	978-4-8387-3079-7	780.7/フ/
0911987318	あげ筋トレ		anna／著	KADOKAWA	978-4-04-109843-1	780.7/フ/
0911988039	バレエ筋肉ハンドブック		島田智史／著	東洋出版	978-4-8096-7992-6	769.9/フ/
0912280251	しゃべらなくても楽しい!椅子に座ってできるシニアの1,2分間筋トレ体操55		斎藤道雄／著	黎明書房	978-4-654-07711-3	369.2/フ/
0912298621	70歳からの人生を豊かにする筋トレ		岡田隆／著	高橋書店	978-4-471-03265-4	493.1/キ/
0912003627	60代からの鎌田式ズボラ筋トレ		鎌田寛／著	エクスマレッジ	978-4-7678-2956-2	498.3/h/
0911982581	40代からでも波に乗れるはじめてのサーフィン		市東重明／著	KADOKAWA	978-4-04-896722-8	785.3/フ/
0912218667	最大効果のウォーキング		中野ジェームズ修一／著	CCCメディアハウス	978-4-484-21202-9	782/フ/
0911985369	いちばんやさしい自宅トレBOOK		中野ジェームズ修一／著	宝島社	978-4-299-00676-9	780.7/フ/
0912098380	脱・初心者!もっと楽しむ山登り		小林千穂／著	講談社	978-4-06-220727-0	786.1/コ/
0912133050	基礎から始めるスポーツクライミング		東京都山岳連盟／監修	日本文芸社	978-4-537-21577-9	786.1/キ/
0912297731	スポーツの日本史		谷釜尋徳／著	吉川弘文館	978-4-642-05980-0	384.8/フ/
0911994671	日帰り山あるきベスト130関東周辺	[2021]		JTBパブリッシング	978-4-533-14511-7	291/フ/21
0912294810	日本三百名山あるきガイド	[2023]上		JTBパブリッシング	978-4-533-15557-4	291/フ/1
0912000616	筋肉の科学知識			ニュートンプレス	978-4-315-52492-5	780.1/キ/
0912303552	筋肉とスポーツの科学			ニュートンプレス	978-4-315-52770-4	780.1/キ/
0912291836	はるはるママのパワーチャージごはん		はるはる／著	KADOKAWA	978-4-04-682896-5	596/h/
0911981388	登山ボディ		芳須勲／監修・著	山と溪谷社	978-4-635-04422-6	786.1/フ/
0912090810	燃やすおかずづくりおき		高橋善郎／著	学研プラス	978-4-05-800787-7	596/フ/
0911983542	痛みと不調を自分で治す人体力学		井本邦昭／著	学研プラス	978-4-05-801159-1	492.7/フ/
0912209686	失われた体の力がよみがえる免疫力学		井本邦昭／著	世界文化社	978-4-418-20419-9	492.7/フ/
0911954264	定年後が180度変わる大人の運動		中野ジェームズ修一／著	徳間書店	978-4-19-864460-4	498.3/フ/
0912171990	「自立できる体」をつくる		湯浅景元／著	平凡社	978-4-582-85918-8	498.3/コ/
0912198410	へやトレ体操		森俊憲／著	主婦の友社	978-4-07-444518-9	780.7/フ/
0912276061	動ける体を取りもどす「姿勢筋」トレーニング		比嘉一雄／著	青春出版社	978-4-413-21199-4	780.7/キ/
0912155440	スポーツする人のためのリカバリーごはん		河谷彰子／監修	女子栄養大学出版部	978-4-7895-5134-2	780.1/フ/
0911929172	体の使い方を変えればこんなに疲れない!		岡田慎一郎／著	産業編集センター	978-4-86311-127-1	491.3/キ/
0911979361	10年後、後悔しない体のづくり方		中野ジェームズ修一／著	ダイヤモンド社	978-4-478-10911-3	498.3/フ/
0912152841	48手ヨガ		鈴木まり／著	駒草出版	978-4-909646-07-1	498.3/フ/
0912141525	くびれ母ちゃんの、最強ながらトレーニング		村田友美子／著	光文社	978-4-334-97999-7	595.6/ム/
0912216170	強い心と体をつくる「吹奏楽ヨガ」		吉田巴瑛／著	明治図書出版	978-4-18-324316-4	764.6/フ/
0912238276	「眼の筋トレ」でスッキリ!よく見える!1日3分ビジョントレーニング		北出勝也／監修	ナツメ社	978-4-8163-7086-1	491.3/フ/
0912166408	ゆ〜っくり座れば、一生歩ける!		野坂和則／著	日本文芸社	978-4-537-21707-0	498.3/フ/
0912127910	ブリズナートレーニング	超絶!!グリップ&関節編	ポール・ウェイド／著	CCCメディアハウス	978-4-484-18105-9	780.7/フ/
0912229455	運動能力が10秒で上がるサボリ筋トレーニング		笹川大瑛／著	KADOKAWA	978-4-04-605183-7	780.7/フ/
0911959565	動きが軽くなる!カラダ覚醒トレーニング		栗田聡／著	高橋書店	978-4-471-03253-1	780.7/フ/
0912323608	健康にEnjoy筋トレライフ		谷本道哉／著	ベースボール・マガジン社	978-4-583-11530-6	780.7/フ/
0912314420	ボールを使ったコーディネーショントレーニング		高橋宏文／著	ベースボール・マガジン社	978-4-583-11654-9	780.7/フ/
0911803690	部屋でできるランニングトレーニング		安喰太郎／著	洋泉社	978-4-8003-0045-4	782/フ/
0912194396	陸上競技の筋力トレーニング		五味宏生／著	ベースボール・マガジン社	978-4-583-11241-1	782/コ/
0911670000	走らなかった人のためのランニングスタートブック		NHK「ラン×スマ」制作班／編	ヨシモトブックス	978-4-8470-9221-3	782/h/
0912162632	ノーサイド・ゲーム		池井戸潤／著	ダイヤモンド社	978-4-478-10837-6	913.6/フ/
0911938378	陸王		池井戸潤／著	集英社	978-4-08-771619-1	913.6/フ/
0912089882	ボックス!	下	百田尚樹／[著]	講談社	978-4-06-277536-6	913.6/キ/2
0912089873	ボックス!	上	百田尚樹／[著]	講談社	978-4-06-277535-9	913.6/キ/1
091114976	龍時	1月2日	野沢尚／著	文藝春秋	4-16-320870-4	913.6/フ/
0912101510	一瞬の風になれ	1	佐藤多佳子／著	講談社	4-06-213562-0	913.6/フ/1