

<<爱优微.O2生活（全24册）>>

图书基本信息

书名：<<爱优微.O2生活（全24册）>>

13位ISBN编号：9787040351330

10位ISBN编号：7040351331

出版时间：2012-5

出版时间：高等教育出版社

作者：《爱优微·O2生活》编委会 编

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<爱优微.O2生活（全24册）>>

内容概要

<<爱优微.O2生活（全24册）>>

作者简介

书籍目录

《穴位按摩》目录：绪论 穴位何以成为人体“大药” 经络，连接穴位的纽带 穴位，疏通经络的机关
 Part1第一部分 自学“穴位疗法” 熟悉穴位 简易穴位刺激法 Part2第二部分 最有效的四十一个祛病穴 头面部要穴 风府穴 风池穴 攒竹穴 承泣穴 迎香穴 下关穴 天柱穴 翳风穴 颊车穴 丝竹空穴 颈胸腹部要穴 膻中穴 中腕穴 中府穴 天突穴 巨阙穴 关元穴 期门穴 天枢穴 气海穴 风池穴 攒竹穴 承泣穴 迎香穴 下关穴 天柱穴 翳风穴 颊车穴 丝竹空穴 颈胸腹部要穴 膻中穴 中腕穴 中府穴 天突穴 巨阙穴 关元穴 期门穴 天枢穴 气海穴 背腰臀部要穴 风门穴 大椎穴 命门穴 肾俞穴 天宗穴 心俞穴 胃俞穴 膈俞穴 上肢要穴 后溪穴 鱼际穴 中渚穴 合谷穴 太渊穴 列缺穴 尺泽穴 阳池穴 下肢要穴 丰隆穴 Part3第三部分 最有效的二十个保健穴 《手足耳按摩》《亚健康按摩》《敲打通经络》《拨罐》《全息经络刮痧》《美容刮痧》《观手知健康》《从头到脚的健康信号》《不生病的生活方式》《瘦身瑜伽》《减压瑜伽》《排毒瑜伽》《优雅瑜伽》《美家花草》《纯天然面膜》《美白保湿面膜》《28天美肤计划》《本草纲目养生堂》《本草纲目美容方》《24节气顺时养生》《养生中草药》《食物营养排符》《食物相克》

章节摘录

版权页： 插图：

<<爱优微.O2生活（全24册）>>

编辑推荐

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>