

<<大美人的生物钟美颜圣经>>

图书基本信息

书名：<<大美人的生物钟美颜圣经>>

13位ISBN编号：9787307110434

10位ISBN编号：7307110431

出版时间：2013-9-1

出版时间：武汉大学出版社

作者：花木蓝

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>

<<大美人的生物钟美颜圣经>>

内容概要

毛孔粗大

痘痘一波未平一波又起

色斑不减反而增加

.....

众多爱美女士被这些肌肤问题所困扰，美容院、品牌护肤品各种尝试，但不见成效。

可曾想过有什么最安全、最实用的方法？

子午流注生物钟，在古医书中早有记载，可结合人体特征从内改善肌肤问题。

零瑕疵的肌肤将不再不可能！

<<大美人的生物钟美颜圣经>>

作者简介

花木蓝，原名朱丹，80后女孩，毕业于人体科学专业

。科班出身的她具有扎实的医学功底，喜好研究中医学和人体生理学，对美容、减肥、塑身颇有研究，热爱美容“事业”。

<<大美人的生物钟美颜圣经>>

书籍目录

01 神秘的生物钟

第一章 何谓生物钟

第二章 子午流注与生物钟

第三章 中式生物钟学说

第四章 生物钟与美容

02 子午流注生物钟

第一章 子丑寅，让皮肤滋养温润

第二章 卯辰巳，唤醒沉睡的皮肤

第三章 午未申，美容下午茶

第四章 酉戌亥，每夜照样美丽

03 四季美容生物钟

第一章 春意盎然，皮肤美艳

第二章 炎炎夏日，美丽依旧

第三章 凉爽秋季，美肤阵营

第四章 寒冷冬天，美白当季

04 变化生物钟，没有最美只有更美

第一章 如何自我调节生物钟

第二章 季节变换，你的生物钟也要动一动

第三章 出差旅行，生物钟的灵活掌控

第四章 生物钟里的最佳时刻

第五章 运用食补生物钟，吃出来的大美人

第六章 运动生物钟，美容的好帮手

第七章 生理期，同样让你美起来

<<大美人的生物钟美颜圣典>>

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>