

<<活力美人健康计划>>

图书基本信息

书名：<<活力美人健康计划>>

13位ISBN编号：9787501539260

10位ISBN编号：750153926X

出版时间：2004-5

出版单位：知识出版社

作者：人生MENU编辑部

页数：195

字数：100000

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>

<<活力美人健康计划>>

内容概要

活力美人健康计划，ISBN：9787501539260，作者：人生MENU编辑部编

## <<活力美人健康计划>>

### 书籍目录

PART 0 序 推荐序 女人要成就自己的伟大 编辑手札 女人，你可以更爱惜自己 PART 1 告别病痛篇 健康，让我越来越美丽！

拥抱“好朋友” 生理痛BYEBYE 改善虚冷症，拒当冰山美人 干眼症掀起文明病新风潮 PART 2 窈窕享瘦篇 多吃不胖的15个TIPS 浴室变成健身房 泡汤美容，时髦又健康 我走路，我做懒人操，动出好气色！

PART 3 秘密花园篇 Love Lesson 做爱做的事 脸不红心不喘EASY看妇科

<<活力美人健康计划>>

章节摘录

插图

## <<活力美人健康计划>>

### 编辑推荐

有人会说，一段人生是一段风景，一片风景是一种心情。

那么，我们的人生风景呢？

也许是春之娇媚、夏之艳丽、秋之萧瑟、冬之峻四时皆有吧！

在人生旅程中何尝不是如此呢？

创业的艰辛、理想的坚持、目标的执著、播种的企盼、收割的喜悦……那是血泪与欢笑交织而成的人生历程啊！

欣喜出版发行美颜养身生活用书MISS系列，提供给女性朋友一套健康、美丽、自然、实用的生活保养书籍，将理论融入书中，借图片生动地传达美的信息。

长久以往，女性可以更了解女人，更关怀女人自己。

希望女性朋友能在生活中不断地充实自己、疼爱自己，因为在生活的长河中，惟有继续不断地吸收、反省、更新，才会开灿烂的花，结丰硕的果。

当然，此为居家用书，如果你在瘦身、美容、舒压方面需要更深入的了解，以寻求解决之道的話，仍需要专家的指导与协助。

<<活力美人健康计划>>

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>