

<<新懒人系列>>

图书基本信息

书名：<<新懒人系列>>

13位ISBN编号：9787501946617

10位ISBN编号：7501946612

出版时间：2005-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：杜兰

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>

<<新懒人系列>>

内容概要

《健康》主要针对被亚健康困扰而又无暇照顾自己的中青年、工薪阶层以及为事业、生存忙忙碌碌人士而准备。

通俗、幽默的语言，绝对没有空泛的道理。

包罗万象，只要对健康的各种需求。

都可随时找到，不用到处找资料喽

精彩丰富的实用方法，立即让你掌握获得健康的各种方式新懒人不是传统意义上的懒惰、松散、不求上进，也不是拖沓，没有效率、好逸恶劳的代名词。

它的宗旨是“人生得意须尽懒”，本着简洁的理念，崇尚新世纪里的崭新生活方式，它要求每一位以新懒人主义为终身奋斗目标的杰出人士能够深入学习删繁就简的生活与工作技巧，从而可以从容驾驭去芜存菁的攻略秘术，最后达到如鱼得水的返璞归真境界。

新懒人主义的目标就是清新、单纯、自然、健康快乐的高质量的新生活。

<<新懒人系列>>

书籍目录

引言第一部分健康懒人对付衣、食、住、行第一章懒人选择贴身衣物第二章健康懒人，健康美食第三章健康懒人别小看住所第四章懒人旅行宝典第二部分&

<<新懒人系列>>

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>