

<<靓丽BEAUTY养颜塑身汤>>

图书基本信息

书名：<<靓丽BEAUTY养颜塑身汤>>

13位ISBN编号：9787504833853

10位ISBN编号：7504833851

出版时间：2002-6

出版时间：农村读物出版社

作者：[《BEAUTY养颜塑身汤》编委会编]

页数：94

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>

## <<靓丽BEAUTY养颜塑身汤>>

### 内容概要

本书是一本女性杂志，专门为想瘦身的女生读者而准备，介绍了多种行之有效的瘦身方法，并请极具好身材的女明星介绍瘦身经验，是一本女性不可缺少的时尚杂志。

<<靓丽BEAUTY养颜塑身汤>>

作者简介

## <<靓丽BEAUTY养颜塑身汤>>

### 书籍目录

美肤、抗老、瘦身、烦人的小毛病.....一网打尽！

1 93种天然健美茶方DIY2 活力茶 让他的表现更满意避免草草结束妙方 腿部浮肿 肌肤干燥3 interview唐安麒：“对症下药，不上妆也能白里透红！

”为什么要喝“汤”？

女孩子要如何“对症下药”？

养颜抗老篇 美白除斑篇 美颜嫩肤篇 解热去痘篇 丰胸健乳篇4 另类减肥篇 三天乳酪减肥法 玫瑰花茶减肥法 夏枯草菊花茶减肥法5 泡澡篇 洗澎澎帮你消耗2倍热量 反复浴 解压、窈窕、健康 冷热浴提高新阿代谢的瘦身汤6 怎么喝？

喝什么？

才能让你窈窕、粉嫩、变漂亮？

多喝水皮肤水当当？

喝多少水才有减肥功效？

为什么喝茶能让身材窈窕？

喝梅酒有益身体健康吗？

喝咖啡可以减肥吗？

7 饮食男女的Q&A8 这样吃这样喝，你的身体说OK吗？

多吃海带头发乌溜溜？

多喝醋让身体更柔软？

吃太多糖让你情绪烦躁？

餐前酒能提高营养吸收率？

哇塞！

芝麻的好处这么多！

芝麻的神奇功能 预防老化 抗氧化 改善贫血·生理痛 即效减肥的30种习惯Health Dairy for U粉领族绝对成功 瘦身日记9 喝茶瘦身计划开始啦！

30天就让你变瘦、变美丽！

利用花茶快速变瘦的秘诀 手脚冰冷 小腹婆怎么喝？

肌肉型肥胖 瘦不下来怎么办？

拥有白皙柔嫩的靓女肤质 瘦身茶 美人茶 养颜健康茶10 关于喝酒的5大常识、6大危机 减肥中，千万别碰酒？

多喝酒让你性趣缺缺？

适量饮酒有益健康？

终结酒醉的3大妙方 让最强抗氧化食物报到！

11 从血型破解爱情盲点！

哪一型的男人和你最Match？

常见药材名称&功效一览表12 最温柔的家庭医师 宠爱女人的中医健美汤方13 “证”是什么14 你属于“实证”、“虚证”还是“中间证”体质？

分泌物异常 自律神经失调 水肿 便秘 生理痛、生理周期紊乱

<<靓丽BEAUTY养颜塑身汤>>

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>