

<<穴位指压去百病>>

图书基本信息

书名：<<穴位指压去百病>>

13位ISBN编号：9787506443968

10位ISBN编号：7506443961

出版时间：2007-6

出版时间：中国纺织

作者：李静

页数：202

字数：160000

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>

<<穴位指压去百病>>

内容概要

当你肚子痛的时候，就会情不自禁地用手去按揉肚子；当你牙痛的时候，也会用手去按脸颊。你别小看这些不经意的动作，里面却包含着一门大学问，其疗效已获世界医学界公认的按摩术就是从这里发展起来的。

按摩术要多复杂就有多复杂，而对于普通人来说，只要能防病治病就行，那就简单多了。这本书所介绍的指压法就是最通俗、最简单、最实用，同时又是最有效的按摩术。

<<穴位指压去百病>>

书籍目录

开篇 穴位指压法入门 从点穴到按穴 指压法的奥妙何在 学会使用大拇指 拇指法 其他手指法 手指重叠法 手掌法 指压按摩要领 头部 面部 侧颈部 后颈部 肩部 上肢 手部 背部 腰部 臀部 胸部 腹部 下肢上篇 按出你的美丽和曲线来 让你秀发如云 改变多皱的脸 给你一双迷人的眼睛 消除恼人的双下巴 如何使颈部更修长 获得曲线柔美的肩膀 拥有细而长的双臂 拥有丰满的胸部 使你的腰部更纤细 消除臀部的赘肉 让你的肚子凹下去 如何使你的腿变修长 如何使你的皮肤变细嫩中篇 按出你的轻松和愉快来 百会穴——让你振奋起来 太阳穴——消除烦恼有奇效 痛处为穴——点揉推挤去疲劳 合谷穴——比服晕车药还灵 天宗穴——消除手脚酸痛从这里开始 附分穴——治疗女陆肩膀酸痛最有效下篇 一指去百病合篇 家庭应急指压按摩

<<穴位指压去百病>>

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>