

<<女人美丽一生的健康处方>>

图书基本信息

书名：<<女人美丽一生的健康处方>>

13位ISBN编号：9787506445511

10位ISBN编号：7506445514

出版时间：2007-10

出版时间：中国纺织出版社

作者：王志艳

页数：288

字数：255000

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>

## <<女人美丽一生的健康处方>>

### 内容概要

身为女性，必须学会爱自己。

倾力打造内外兼修的健康美丽女性，正是本书的宗旨所在。

这是一本全面阐述女性健康问题的百科全书，是为女人们开具的美丽一生的健康处方。

本书内容涵盖面广，实用性强，观点新颖，深入浅出，地诠释了女性一生的必修之课——健康并美丽着，相信每一位读过此书的女性朋友都能从中获益匪浅。

## <<女人美丽一生的健康处方>>

### 书籍目录

身体说话——美丽女人的健康标签 秀发轻舞 耳上风情 峨眉舒卷 美目顾盼 美鼻档案 护唇计划 宝贝牙齿 闪亮容颜 洗脸即美容 水样肌肤 为肌肤挡挡阳光 电脑MM的美颜宝典 战“痘”到底 粉颈无痕 香肩浮动 性感脊背 诱人酥胸 曼妙细腰 柔美腹肌 雕塑臀曲线 玉臂临风 素手纤纤 靓甲盈盈 美腿物语 精致足音 丰身美体的秘密 美血美颜的诀窍 饮食革命 - - 吃出美丽好女人 食“色”生香 “把脉”下食 “全餐”更均衡 水果健康美人 “奶味”女人轻松做 会喝水的女人最美 你的身体要有“碱” 素食吃出美人胚 做时尚的维生素美人 保持青春的“强力食品” 越吃越苗条的瘦身食品 请别谈“脂”色变 饮食抗疲劳 增强活力的饮食 排毒使女人美丽 ..... 运动前沿——打造美丽的运动处方 自然养护——让美丽悄悄重现 时尚密码——袅袅女人味的超级攻略 健康难题——美丽女人的健康启示录 美丽伊甸园——我的天空我做主 放飞心情——拒绝城市高压杀手 参考文献

<<女人美丽一生的健康处方>>

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>