第一图书网, tushu007.com

<<循序渐进学按摩>>

图书基本信息

第一图书网, tushu007.com

<<循序渐进学按摩>>

内容概要

提起按摩，许多人便想到清教徒的康复温泉，眼前浮现出用力捶打、拍击的场面。
事实上，用力按摩的确对肌体十分有益，不会给人带来任何不适。
双手交替，在人体上做或有力或轻柔的按摩，可以减轻精神紧张与肌肉疼痛，使肌体恢复能量和活力。
在瑞典，按摩可分为四种主要手法。
在按步骤做全身按摩前，应首先使自己熟悉这些不同的技巧。

第一图书网, tushu007.com

<<循序渐进学按摩>>

作者简介

卡洛尔·麦克吉尔维莉成功地管理着一个市场营销与公共关系公司。
公司主要业务有促进自然理疗方法和兹善事业。
她利用自己的专业知识推广概念产品和创新服务。
她开设医院，在哈里大街有一家诊所，并经常在电台发表演讲，宣传医疗哲学及自然疗法。

第一图书网, tushu007.com

<<循序渐进学按摩>>

书籍目录

按摩人类间的触摸基本技巧全身按摩 身体前部 腰部 脚与脚踝 手臂与手 胸、肩、颈 面部 腰腹部 身体后部 腰和臀 肩背部自我按摩按摩与锻炼婴儿按摩老年人的按摩爱侣间的按摩即时按摩足部反射按摩 足部反射按摩技巧芳香按摩疗法治疗按摩步骤 建立接触 腿部按摩 背部按摩 前部按摩 面部按摩

第一图书网, tushu007.com

<<循序渐进学按摩>>

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