

<< 《秀》瘦身锦囊 >>

图书基本信息

书名：<< 《秀》瘦身锦囊 >>

13位ISBN编号：9787532126996

10位ISBN编号：7532126994

出版时间：2004-9-1

出版时间：上海文艺出版社

作者：张株秀,陈功

页数：207

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>

<< 《秀》瘦身锦囊 >>

内容概要

本书收集了不同部位减肥法，以及寻找适合你的瘦身捷径；1分钟体操+穴位按摩=夏日速效瘦身法；秀出美腿就在今夏。

<< 《秀》瘦身锦囊 >>

书籍目录

医学减肥法 轻轻松松脑部减肥 瘦身捷径 让肌肉柔韧有弹性 骨盆练习操 让你欲胖不能 让血液跟着动起来 代谢顺畅VS代谢迟缓 女生大对决生活减肥法 告别赘肉的SIVPLE LIFE 无痛苦减肥法 让你一身轻松 小小节食，大瘦身 周末断食法，让你轻松减掉3公斤不同部位减肥法 寻找适合你的瘦身捷径 1分钟体操+穴位按摩=夏日速效瘦身法 秀出美腿就在今夏

<< 《秀》瘦身锦囊 >>

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>