

<<护肤美容养颜塑身1001问>>

图书基本信息

书名：<<护肤美容养颜塑身1001问>>

13位ISBN编号：9787536691865

10位ISBN编号：7536691866

出版时间：2008-1

出版时间：重庆出版集团（重庆出

作者：张晓梅 编

页数：255

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>

<<护肤美容养颜塑身1001问>>

内容概要

本书将提供哪些美丽方式？

肌肤护理：健康的肌肤是美丽的基础，清洁、保湿、美白、防晒、抗老化以及对付各种皮肤问题等等，都可以在书中得到最实用的指导。

当然，还包括对头发的保养。

基础化妆：罗列化妆扮靓最基础、最有效的简单方法，化妆不用搞得很复杂，就可以达到让自己满意的效果。

养颜秘诀：美丽应该由内而外，才能真正长久。

本书将告诉大家那些影响容颜的生活习惯和饮食，以及如何用健康的心态、愉快平和的心情来美容。

塑身指南：教给您必须掌握的塑身常识，比如身材是怎么不知不觉走样的……推荐最有效的塑形方案，帮助您修炼完美体态。

<<护肤美容养颜塑身1001问>>

书籍目录

PART01 完全护肤 外部保养呵护肌肤和秀发护肤基础课日常保养·深层清洁日常保养·保湿日常保养·防晒日常保养·美白定期保养·深层护肤抗老化战胜皮肤问题非常状况·特别护肤打造完美发质呵护唇部肌肤手部保养身体肌肤保养附录PART02 美容指南 扮靓基本功速成,让美丽升级.....PART03 基础养颜 内部调理,打造完美底胚PART04 塑身指南 全方位修炼完美体态

<<护肤美容养颜塑身1001问>>

编辑推荐

《护肤美容养颜塑身1001问》将告诉大家那些影响美容的生活习惯和饮食，以及如何用健康的心态，愉快和平的心情来美容。

塑身指南：教给您必须掌握的塑身常识，比如身材是怎么不知不觉走样的……推荐最有效的塑性方案，帮助您修炼完美体态。

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>