

<<基础护肤108个秘诀>>

图书基本信息

书名：<<基础护肤108个秘诀>>

13位ISBN编号：9787538447859

10位ISBN编号：7538447857

出版时间：2010-7

出版时间：吉林科技

作者：张子璇 编

页数：180

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>

## <<基础护肤108个秘诀>>

### 内容概要

美容护肤是一门学问，而呵护完美肌肤，更是每个女孩必须具备的修养。MM们不要再盲目购买化妆品，而应通过研究自我肤质，有针对性地选择护肤方式，来解决自我的皮肤困扰。

本书收录最有效的护肤秘诀，通过清晰详尽的图解说明，教会大家美容护肤的理论知识，掌握基础护肤的原理及窍门，从而养成科学的护肤习惯，在每一天，用最佳状态示人。

## &lt;&lt;基础护肤108个秘诀&gt;&gt;

## 书籍目录

Part 1 拥有芭比般粉嫩蜜桃肌速成法释放美肌活力 早安醒肤法泡泡洗颜术 使上妆更容易彻底放松肌肤  
晚间修复法滋润晚霜 深度美容观念干燥肌深入式 保湿对策不同干燥型 保湿方案全面保湿 家族成员簿  
消除烦恼 保湿答疑基础防晒 必修功课做足防晒 肌肤安然度夏防晒分场合 肌肤零负担正确防晒 热门问  
答多元防晒 美肌更全面防晒+护肤 加倍防晒力速攻蛋白 肌提升美白力美白抗氧化 健康成分表全面美  
白 解消烦恼答疑揭开色斑 的形成真相淡化雀斑 美白不留痕分阶段式 晒斑击退法应对了2小时 抗痘绝  
招走出误区 祛痘问答击退成人痘 NG小要点局部幼纹 分部位抗皱法快速平纹 私家秘籍以油治纹 抚平  
小细纹舒展唇纹 嘴部小运动紧致提拉的 明星成分巧敷面膜 提升水润效果告别晦暗 打造陶瓷肌四季护  
肤 美肌面面观日常肌肤 NG课堂小气宅美女 自制汉方面膜即效保鲜膜 美容MASKPart 2 消除烦恼无暇  
完美肌养成心得提升透明度 角质击退技法正确去角质 攻略Q&A去角质成分 新知必修与油光作战 控油  
要点不同出油类型 应对处方有效控油成分 选用要点拥有细致肌肤 拒绝毛孔黑头扫光 做零距离美人3分  
钟按摩 细致毛孔紧致毛孔 助力成分榜左右脸平衡 骨骼按摩术小脸变身 表情肌按摩术塑造上扬轮廓 紧  
致美容术四类敏感肌 抗敏关键点抗敏+ - × ÷ 镇静阻击术8抗过敏答疑 平静敏感肌抗敏成分 全线追踪  
弹性提升 脸部运动法活肤充电 养护秘籍预防松弛 面部血流按摩不同眼形 美眼有区别美丽猫女 熬夜眼  
急救术睡不饱眼袋 应急修护法开架眼霜 成分集锦均匀肤色 红血丝解惑红血丝肌肤 日常护理化妆水面  
膜 实用教程远离3D肌肤 DNA磨练术妆期保养 完美一整天做好正确保养 NG大揭秘即效微整容 魅力UP  
面面观巧用护肤油 激活能量日常小工具 美丽大用途Part 3 从头到脚实力派美人全身护理对抗干燥 BB唇  
养成术打造好感印象 护唇秘诀养护0区 塑造完美笑容俏鼻当家 美鼻保养全方位无纹颈部 日常养护法伸  
展运动 颈部完美计全角度美人 美背护理美胸宣言 胸部肌肤UP紧致 & 平坦 美腹按摩手臂紧致术 性感加  
分挥别枯枝手 美肤魔法纤纤玉手 美肌小窍门美甲养护 为美手加分打造完美 印象护手问答美腿秘诀 敷  
膜护理法紧实美腿 速成按摩法细滑裸足 魅力修炼术去除橘皮 纹塑臀按摩3分钟体操 练就紧实翘臀五种  
美肌温泉 泡汤变靓全效泡汤 调养美人肌打造光滑肌 脱毛全攻略清爽美眉 蜜蜡修整术选择适宜的 脱毛  
方法激光脱毛 技法全接触呵护身体肌肤 NG大揭晓Part 4 内外兼修乐活全身心深度美颜术内调美肌 腰  
腹暖护理基础瑜伽式 乐活排毒简易柔体操 透汗排毒术古老商卡 瑜伽洁肠法失调性黑眼圈 简易体调法  
应对生理期 提升好脸色清除斑痕问题 艾灸美容法祛除暗黄 经络按摩法打通气脉 刮痧美容术稳定脑力  
平衡美肌术好眠促进法 美肌睡出来排除焦虑 拒绝压力痘勺子按摩 顺畅淋巴循环面膜控之 独门秘笈呵  
护肌肤 每时每刻

<<基础护肤108个秘诀>>

章节摘录

插图：

<<基础护肤108个秘诀>>

编辑推荐

《基础护肤108个秘诀》编辑推荐：基础、进阶必备全身心护肤秘诀，在每一个生活细节中修炼出傲人的完美肌肤。

基础护肤，塑造无暇婴儿肌，进阶护肤，扫除恼人问题肌。

br 全身护肤，从头到脚美肌法，内部调理，健康肌肤养成术 br 全面护肤技巧解读，打造神奇美颜策略。

<<基础护肤108个秘诀>>

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>