

<<瑜伽健身术>>

图书基本信息

书名：<<瑜伽健身术>>

13位ISBN编号：9787806465912

10位ISBN编号：780646591X

出版时间：2004-5

出版时间：

作者：沈维德

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>

## <<瑜伽健身术>>

### 内容概要

本书作者以十年苦修瑜伽的经验总结，亲自编写了这套健身功法和示范。  
全书分三部分：上篇，开发智慧、明理；中篇，脱胎换骨、苦修；下篇，延年益寿、收获。  
如果你能从中获益，是你的缘分，也是我的心愿。

<<瑜伽健身术>>

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>