

<<完美瘦脸操>>

图书基本信息

书名：<<完美瘦脸操>>

13位ISBN编号：9787806469385

10位ISBN编号：7806469389

出版时间：2006-5

出版时间：上海文化

作者：葛苓，周睿，王翡

页数：47

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>

<<完美瘦脸操>>

内容概要

本书针对“胖脸妹”的几大头疼问题制订了一套瘦脸操，有些美眉天生的baby fat，虽然看上去十分可爱，可是却有失俏丽妩媚；“告别脸部赘肉总动员”动员所有的娃娃脸女生赶快甩掉你脸上的赘肉吧；“双下巴”对爱美女生来说不啻于噩梦，可是偏偏它会降临在一些美眉身上，如果你真的有了讨厌的双下巴，那么就正视它，“EASY几招，消灭双下巴”，为您贴心打造消除双下巴计划；羡慕拥有标准瓜子脸的小脸美人吗？

“变身瓜子脸美人”这一章节让你圆梦；随着年龄的增长，由于地心引力的作用会导致肌肤松弛，脸部浮肿显得虚胖，“消除脸部浮肿，回复弹性肌肤”章节教你如何应对这一难题。

<<完美瘦脸操>>

书籍目录

第一篇 告别脸部赘肉总动员 瘦脸美人热身操 另类表情瘦脸操 七日瘦脸操 有氧按摩瘦脸操 点穴瘦脸法
第二篇 EASY几招, 消灭双下巴 三个月, 做“巴掌脸”美眉 三种方法克服双下巴 解救双下巴的面部提升运动 消除双下巴推拿练习
第三篇 变身瓜子脸美女 告别可爱娃娃脸 柔和颧骨按摩法 打造脸部优美线条
第四篇 消除脸部浮肿, 回复弹性肌肤 七步造就脸部弹性肌肤 消除浮肿按摩法 分钟按摩法 更新颜面经络按摩 对抗地心引力 弹性按摩操 舒缓肌肤的整体按摩 弹性美人“十步曲”

<<完美瘦脸操>>

章节摘录

插图

<<完美瘦脸操>>

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>