

<<生理周期瑜伽(VCD)>>

图书基本信息

书名：<<生理周期瑜伽(VCD)>>

13位ISBN编号：9787880471458

10位ISBN编号：7880471456

出版时间：中国康艺音像出版社

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>

<<生理周期瑜伽(VCD)>>

内容概要

生理周期也可以练的瑜伽体式，减轻腹部不适与疼痛，有效缓解神经紧张。

《生理周期瑜伽》适合每个月的生理周期进行练习，减轻腹部不适与疼痛，有效缓解神经紧张，身心得到充分放松和休息。

<<生理周期瑜伽(VCD)>>

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>