

<<简易家庭瑜伽(1VCD)>>

图书基本信息

书名：<<简易家庭瑜伽(1VCD)>>

13位ISBN编号：9787880810523

10位ISBN编号：7880810528

出版时间：九洲音像出版公司

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>

## <<简易家庭瑜伽(1VCD)>>

### 内容概要

一种健康的生活态度，一种简单的生活方式！

瑜伽是一种动态的冥想，它可以旺盛你的精力，帮你集中注意力，帮你镇静下来并深入你的灵魂。实际上，当你隔绝外界，注意你的呼吸和肌肉以及相关的感觉的时候，任何活动都可以集中精神。

<<简易家庭瑜伽(1VCD)>>

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>