第一图书网, tushu007.com

<<瑜伽轻松入门(1VCD)>>

图书基本信息

书名：<<瑜伽轻松入门(1VCD)>>

13位ISBN编号：9787880883121

10位ISBN编号：7880883126

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

第一图书网, tushu007.com

<<瑜伽轻松入门(1VCD)>>

内容概要

瑜伽是世界风行的时尚健身美体运动，被誉为“生命的化妆师”。
学练瑜伽，你的身心将获得超越想象的愉悦。
本套教材集合简单易学的瑜伽基本动作，一招一式循序渐进，并有专业教练细致讲解示范，是为瑜伽初学者量身定做的生动教材。
通过学习，你可以轻松掌握运动要领，快速入门，亲身体验前所未有的瑜伽魅力！

第一图书网, tushu007.com

<<瑜伽轻松入门(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