### 第一图书网, tushu007.com

## <<减肥瑜伽Yoga(VCD)>>

#### 图书基本信息

书名:<<减肥瑜伽Yoga(VCD)>>

13位ISBN编号: 9787880885262

10位ISBN编号: 7880885269

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

# <<减肥瑜伽Yoga(VCD)>>

#### 内容概要

想要真正赶走身上多余赘肉的爱美一族,一定要勤做瑜伽练习,它能帮助增加脂肪消耗,减少脂肪比例,并提升心肺功能,帮你雕塑迷人曲线。

古老的瑜伽从冥想与呼吸之间影响着我们的内在,又从缓慢伸展的运动中收紧身体各部位的赘肉。本套瑜伽由专业瑜伽教练精心挑选,组合成一套最能塑造柔美身材的体位姿势,分别对你的手臂、大腿和腰腹部的赘肉进行雕琢,让玲珑曲线与你相拥!

## 第一图书网, tushu007.com

# <<减肥瑜伽Yoga(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