

<<养生瑜伽(1VCD)>>

图书基本信息

书名：<<养生瑜伽(1VCD)>>

13位ISBN编号：9787883526889

10位ISBN编号：788352688X

出版时间：大连音像出版社有限公司

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>

<<养生瑜伽(1VCD)>>

内容概要

身心保养；呼吸系统；循环系统；消化系统；内分泌系统。

增加肺活量，使呼吸机能活性化，缓和地刺激全身肌肉强化心肺功能，增强免疫力预防和治疗贫血、高血压、低血压等疾病。

排除体内毒素，保障胃部血行良好，强化肠胃功能，预防及治疗各种胃病、便秘、肝脏病。

增进中枢神经系统及上半身所有器官的活力，温和地促进几乎所有内分泌腺的功能，提高甲状腺功能、预防并治疗糖尿病。

促进血液循环，预防并治疗膀胱炎和肾脏病。

<<养生瑜伽(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>