

<<胖公主变身系列2>>

图书基本信息

书名：<<胖公主变身系列2>>

13位ISBN编号：9788066398897

10位ISBN编号：8066398891

出版时间：2008-1

作者：LULU

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>

<<胖公主变身系列2>>

内容概要

首创第一本知名瑜伽天后LuLu老师为新手妈妈设计的怀孕瑜伽影音书！

据国内外权威医生及瑜伽大师证明：瑜伽动作是孕期最理想且最安全的锻炼方式！

瑜伽热一直不退，每个人都在讨论，但肚子大大的孕妇也可以做瑜伽吗？

有危险吗？

孕妇瑜伽又有什么好处？

瑜伽名师lulu将告诉你：怀孕瑜伽，不但能增强宝宝智力、代替药物改善孕期10大不适症状、还能帮助健康养胎、安心顺产！

更可以让孕妇做好体重控制，让怀孕期间补再多也不怕胖！这些都是lulu老师亲身实证的宝贵经验，本书中全部公开！

升格为妈咪的瑜伽名师LULU，这次将以自己为例子，针对产前三个月，设计专业的瑜伽动作，帮助孕妇舒缓不适，达到顺产效果！

本书特色：

针对产前三阶段，设计最专业的瑜伽动作，帮助孕妇舒缓不适、更顺产。

能带给宝宝聪明触觉的刺激怀孕瑜伽！

告别黄脸婆先修班的美丽时尚秘密。

专业的中、西医师建议，让你更彻底的了解自己的症状。

LULU妈特调安胎养生食谱，让你吃的健康又美丽。

美美的图片与插图，让妈咪看的轻松又自在。

居家SPA按摩，让你度过贵妇级的孕期。

利用花精与精油，轻轻一点，舒缓不适。

LULU三孕期的爆笑小故事，陪你度过无聊孕期！

<<胖公主变身系列2>>

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>