

<<呼吸按摩法>>

图书基本信息

书名：<<呼吸按摩法>>

13位ISBN编号：9789577769565

10位ISBN编号：957776956X

出版时间：世茂出版社

作者：劉勇，蔡姿淳 译

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>

<<呼吸按摩法>>

内容概要

巧妙配合深呼吸針對正確穴位按摩，不花錢、不費時，美麗養成，酸痛不適bye bye！

從頭到腳，由內而外，身心靈煥然一新，自然美麗好心情！

辦公室、車廂、浴室或床上，在晨起、飯後或睡前，隨時隨地展開。

可以自己一人輕鬆操作，也能和伴侶或親友共同進行，更增親密感。

掌握吐氣、吸氣的時機，同時以手按壓、拍打、揉捏、運氣於正確的穴道，就是輕鬆擁有曼妙身材、解除身體酸痛的良方。

針對重點部位實施美容按摩法，一舉達成緊實、光潤、苗條的功效；還能緩解眼、耳、頭、肩頸、手腳的酸痛及感冒、消化不良、無精打采等。

就從今天開始跟著本書做：提升美麗境界的美容按摩法 雙人共同進行的無上幸福按摩法
解除SOS！

對症按摩法 每天都生活愉快的重要按摩法

<<呼吸按摩法>>

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>