

## <<打造窈窕美形女>>

### 图书基本信息

书名：<<打造窈窕美形女>>

13位ISBN编号：9789866681783

10位ISBN编号：9866681785

出版时间：2008-10

作者：R-body project

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>

## <<打造窈窕美形女>>

### 内容概要

專為女性量身打造的肌力訓練課程打造美形女，舒緩情緒、調理身體機能，讓身段線條窈窕健美。飲食也是訓練中極為重要的一環。特別歸納整理出了適合女性的飲食重點

<<打造窈窕美形女>>

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>