

<<型男保養大全>>

图书基本信息

书名：<<型男保養大全>>

13位ISBN编号：9789866771484

10位ISBN编号：9866771482

出版时间：2009年01月10日

出版时间：朵琳出版整合行銷公司

作者：朵琳出版社編輯部

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>

<<型男保養大全>>

內容概要

完整的型男夏日對策。

將型男惱人的面子問題一網打盡，從頭到腳的完整清潔保養步驟及相關知識，提昇型男保養觀念，也打造不凡的男仕品味。

保養已經不再是女人的專利，身為現代人，乾淨俐落的儀容絕對是好印象的第一關鍵，男人也該好好將自己打理一翻了！

為你蒐羅男性各類保養品最經典、最受好評、最熱門的商品，讓你一手掌握最需要的保養資訊，到百貨公司、美妝店選購保養品時不再不知所措。

同時示範各類保養品的使用訣竅，讓新手、高手都能快速上手！

本書特色

男人最重視的保養問題TOP6：出油、痘痘、粗躁、黯沈、防曬、抗皺..等等.分單元一一仔細講解，從訪問型男路人的Q.A帶出保養的重點，以及平常你不敢啟齒的問題都貼心回應！

毛髮篇：頭髮護理：髮質保養/掉髮問題/選擇適合你的產品；刮鬍子保養：基本刮法/刮鬍產品用法介紹/鬍子形狀與臉型；體毛護理:正確修理你的體毛(眉毛.腋毛.並角...).

身體保養（手、腳護理:去角質與指甲修剪）、(香水、體香膏..)、口齒保養(美白/口氣清新)

關於保養的飲食:抗痘飲食.抗老飲食.促進毛髮生長飲食.練肌肉飲食...等等

健身單元 介紹各部位鍛鍊的有效動作

<<型男保養大全>>

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>