

<<一天一次就有效>>

图书基本信息

书名：<<一天一次就有效>>

13位ISBN编号：9789867570352

10位ISBN编号：9867570359

出版时间：易時代文化

作者：李麗香，林宗龍 著

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>

<<一天一次就有效>>

内容概要

內容簡介：如何終結「復胖」夢魘？

經過科學實驗證明，害你減肥屢戰屢敗的禍首，就是你的生活習慣！

為了達到短期激瘦目的，不惜餓得頭昏眼花，全身無力！

令人扼腕嘆息的是，辛苦瘦下來的區區幾公斤，卻可能在「補償式」的飽餐幾頓後，以「加速度」方式胖回來！

從今天起～跟著本書時時掌握自己身體的減重密碼，從著手改變體質、掌握每日關鍵輕運動著手，再也不必辛苦飆汗瘦身，讓你減肥絕對不失敗！

不復胖！

<<一天一次就有效>>

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>