

<<抗老化食譜>>

图书基本信息

书名：<<抗老化食譜>>

13位ISBN编号：9789868057937

10位ISBN编号：9868057930

出版时间：二鱼

作者：林秋香 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>

<<抗老化食譜>>

內容概要

20歲的人，皮膚被捏起在放下，約2秒中即可回覆原位，40多歲時需4~5秒鐘，60歲以上的人就要6~7才能回到原位，你擁有幾歲的皮膚呢？其實「抗氧化、防老化」，不是一件麻煩事，而是一件簡單易做的事；只要了解平常該吃些什麼？身體的需求有哪些？生活作息是否正常？心情是否愉悅？就能輕鬆對抗氧化、防止老化的發生。

<<抗老化食譜>>

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>