

<<自行車減肥>>

图书基本信息

书名：<<自行車減肥>>

13位ISBN编号：9789868339682

10位ISBN编号：9868339685

出版时间：樂活文化

作者：絹代 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>

<<自行車減肥>>

內容概要

騎乘自行車，在一般人印象中，好像是種追求高難度技巧或快速的競技活動。其實它也可以很生活，更重要的是，只要選對車種和用對方法，它還是一種效率極佳的有氧運動！可以幫助解決代謝不順，精神不振的問題，還能提高脂肪燃燒的效果！翻譯自日本榎出版社的暢銷作品的《自行車減肥》，就是要為讀者解開自行車這個不為人知的秘密！

<<自行車減肥>>

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>