

<<速戰速決>>

图书基本信息

书名：<<速戰速決>>

13位ISBN编号：9789888103973

10位ISBN编号：9888103970

出版时间：2011-7

出版时间：知出版

作者：蔡慧思

页数：155

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>

<<速戰速決>>

內容概要

針對香港男士獨特需要
一套簡單完美的塑身方案
3星期From Fat to Fit
附錄黎耀祥、劉愷威、胡楓等名人分享

<<速戰速決>>

書籍目錄

序自

自序

李函宓医生 序

陈志云 序

From Fat to Fit

chapter 1 : 減肥篇

chapter 2 : 增肌篇

chapter 3 : 实战篇

chapter 4 : 速成篇

chapter 5 : 饮食篇

附录 : 追求健康 延续灿烂人生——胡枫

<<速戰速決>>

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>