

<<COCO的美丽秘笈>>

图书基本信息

书名：<<COCO的美丽秘笈>>

13位ISBN编号：9787122082459

10位ISBN编号：7122082458

出版时间：2010-7

出版时间：化学工业出版社

作者：李薇

页数：134

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>

## <<COCO的美丽秘笈>>

### 内容概要

从平凡胖女孩华丽变身选美亚军，这是怎样的一个蜕变？

在本书中，COCO首次全面公开自己的减肥诀窍，看她是如何从一个近70公斤的“胖小鸭”化身48公斤的“瘦天鹅”并保持至今。

美丽，就要全方位，COCO更总结多年“臭美”经验取其精华与大家分享，全面介绍从护肤到美妆以及服饰搭配的心得，大至护肤保养心得、不同妆容打造技巧、穿衣搭配实例，小到瘦脸按摩、假睫毛佩戴技巧、头发造型、脱毛处理等细节都介绍周详、图文并茂，可谓是一本全方位立体式的美丽宝典。

爱美的你，还等什么，看了绝对不会让你失望哦！

## <<COCO的美丽秘笈>>

### 作者简介

李薇，1983年出生于大连，小时候一直活在肥胖/小肥猪的阴影里；1997年开始在澳州生活；2004年于澳大利亚新南威尔士大学本科毕业，开始踏上减肥路；2005年在日本爱知世博会中承担中国馆形象大使的工作，并开始接触日本彩妆，从此一发不可收拾；2006年澳大利亚悉尼大学硕士毕业

## <<COCO的美丽秘笈>>

### 书籍目录

#### PART 1 一定要瘦！

减肥，我所走过的路 用思想武装自己先 减肥，吃什么 减肥之小动作、大收获PART 2 护肤保养，打好美丽基础 悉心呵护我们的脸面 不可忽视的身体保养PART 3 化妆，让我们一起化“腐朽”为神奇 化妆用品大推荐 真人妆容示范 Coco独家秘技大公开PART 4 人靠衣装 Coco实践版服装搭配 选对内衣，真的差很多附送 Coco独家收纳技巧 一、化妆品收纳 二、旅行收纳 三、家居收纳

## <<COCO的美丽秘笈>>

### 章节摘录

插图：wax：没试过。

不过听说毛一定够长才能做吧，反正几乎没见过有人的腋下是用wax的。

电动拔毛器：人生一次最悲惨，血淋淋的经验和教训!因为我之前减肥过，所以腋下的皮肤不够紧绷，用完电动拔毛器，整个腋下被搞到好像撕裂伤一样，痛到快要疯掉了。

整个一个星期睡觉都是大字形的姿势，手臂一放下来就很痛!一个星期之后，等到腋下的皮肤结痂才好。

激光：一劳永逸!对我来说完全不痛!大概做了5次就再也不会长毛毛了。

而且个人觉得，自己以前被拔毛或刮毛搞到很不关的皮肤(毛孔大，黑，皮肤不均匀，粗糙等)都有得到很好的改善哦!我自己感觉这是一项非常值得的投资，而且对汗腺也不会有影响。

(2)比基尼处拔的：应该会很痛吧，反正我是没有试过。

刮的：除了刮过的毛刚长出来粗硬，不舒服之外，对我来说，in-growth hair也是一个很烦人的问题。

wax：没试过，但听说很多外国人都这么做哦。

不过也听说，他们做之前都会先吃1个止痛药。

可想而知，这也不会是什么美妙的体验啦。

去毛膏：总觉得那里是敏感的地方，化学的东西还是越少用得越好吧!电动拔毛器：从没试过，也从来不敢想试!激光：一劳永逸!对我来说有痛哦。

虽然每一下的激光都只有不到一秒的时间，但是用到强度3就是我的极限了(1最小，6最大，我做腋下都是6)。

大概做4次就再也不想做了。

虽然次数不多，力度不强，但是还是去得很彻底，就是穿再少布料的比基尼都会很安全的!所以我也很满足了!我觉得皮肤没有像做腋下时有那么好的改善啦，只有看到去毛的效果!

## <<COCO的美丽秘笈>>

### 编辑推荐

《CoCo的美丽秘笈》：从70kg胖小鸭化身选美亚军，CoCo告诉我们如何做最美的自己。从平凡胖女孩华丽变身选美亚军，且看COCO如何一路走来.....CoCo坚信世界上没有丑女人，只有懒女人，平凡如你我也要做最美的自己。

《CoCo的美丽秘笈》可谓是一本全方位立体式的美丽宝典。爱美的你，还等什么，看了绝对不会让你失望哦！

<<COCO的美丽秘笈>>

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>