

<<减脂自我按摩>>

图书基本信息

书名：<<减脂自我按摩>>

13位ISBN编号：9787200061819

10位ISBN编号：7200061816

出版时间：2005-9

出版时间：北京出版社

作者：三采文化

页数：93

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>

## <<减脂自我按摩>>

### 内容概要

中国传统医学中的中药、针灸等疗法，已被现代科技逐步证实确有其治疗功效，而按摩更是中医学里值得人们去发掘的一处宝藏。

为什么这么说呢？

因为按摩虽蕴含了中医经络气血的精深理论，但实行起来一点也不难！

这本《减脂自我按摩》便以最浅显易懂的字句，让你轻松了解按摩塑身的原理；以精心设计的版面，让你能马上找到瘦脸、瘦手臂、瘦腿部等赘肉的穴道！

按摩的最大好处在于，不论自己实施或他人协助，不论在家中还是在办公室里，随时随地都能进行，而且还能瘦到你最想瘦的地方！

想要永远保持窈窕曲线吗？

按摩，是你最好的选择哦！

## <<减脂自我按摩>>

### 书籍目录

第一篇 轻松按摩变苗条神奇按摩，轻松塑出窈窕曲线按摩塑身4大成功秘诀  
第二篇 神奇按摩塑身法拯救大饼脸7大瘦脸穴位局部按摩，塑出瓜子脸随时随地瘦脸秘诀可搭配使用的按摩产品让瘦脸效果更好的运动为何我有圆圆脸？  
消灭双下巴7大紧肤穴位局部按摩，重塑下巴线条可搭配使用的按摩产品随时随地瘦下巴秘诀让瘦下巴效果更好的运动为何我有双下巴？  
拯救胖胖手臂9大纤臂穴位局部按摩，让手臂变纤细随时随地瘦手臂秘诀可搭配使用的按摩产品让瘦手臂效果更好的运动为何我有粗粗手臂？  
塑造双峰曲线10大丰胸穴位局部按摩，让咪咪再升给可搭配使用的按摩产品随时随地丰胸秘诀让丰胸效果更好的运动为何我的胸部不争气？  
赶走小腹赘肉8大平坦小腹穴位局部按摩，让小腹一片平坦可搭配使用的按摩产品随时随地瘦小腹秘诀让瘦小腹效果更好的运动为何我的小腹爱出头？  
塑出动人腰线紧实臀部曲线赶走粗壮大腿塑造美形小腿

<<减脂自我按摩>>

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>