

<<健康新概念:足道、手道(全两册)>>

图书基本信息

书名：<<健康新概念:足道、手道(全两册)>>

13位ISBN编号：9787228084357

10位ISBN编号：7228084357

出版时间：2004-01

出版时间：新疆人民出版社

作者：(日)伊藤俊二

译者：伊藤俊二

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>

<<健康新概念:足道、手道(全两册)>>

内容概要

阿尔法波是一位伟大的音乐家，他所创作出的音乐总是那么的平静、安详与舒缓，给人以轻松快乐的感觉，他的健康用品与健康理念风靡全球，有人认为他的音乐是抚慰人类心灵创伤，驱走疲劳获得健康的良药。

伊藤俊二先生通过数十载的研究发现阿尔法波的音乐与古老东方的按摩术有许多相似之处。

通过这种按摩可以达到使人身体放松，让人的精力得到恢复。

通过对穴道的刺激还能达到祛病强身的效果。

本书前言

<<健康新概念:足道、手道(全两册)>>

书籍目录

一 手道

第一章 我们的手

第二章 人类共同的肢体——我们的手

第三章 手疗法的机理

第四章 手指的舞蹈——让脑休息的14种方法

第五章 手穴探源

第六章 一分钟健身法

第七章 让手呼吸才能让身体呼吸

第八章 从小动作中延续你的第二生命

二 足道

第一章 脚对人的重要性

第二章 疾病的藏身

<<健康新概念:足道、手道(全两册)>>

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>