第一图书网, tushu007.com

<<不减20斤就别说你瘦了>>

图书基本信息

书名：<<不减20斤就别说你瘦了>>

13位ISBN编号：9787538292626

10位ISBN编号：7538292624

出版时间：2011-5-1

出版时间：辽宁教育出版社

作者：张东辉

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

内容概要

此书是和北京可持续发展促进会共同合作的项目。

作者以自己减掉50斤的亲生经历为起点，分享给大家一种切实有效的、健康的减肥方法以及生活理念，不仅能让你瘦下来，还要让你形成“吃不胖”的体质。

这本书的优点就是将踏踏实实的减肥科学和调侃的幽默故事以及略加严肃的思考结合在一起。
书中关于减肥的知识都是美国最新的科研成果和作者的经验之谈，绝无半点疏忽。
比如第一章，用一个热能流体专业博士的角度，分析人体这个热力系统，用通俗的语言进行讲解。

这本书是关于减肥专业知识的扫盲，不是神话，希望各位读者能从中学到客观、健康的减肥知识。
而不是用一些毫无根据甚至根本是错误的偏方向读者传授“不健康”“无效”的减肥方法。

作者简介

张东辉，于1997年毕业于天津大学热能系，获得硕士学位。
后来到航天部工作，参加过“烽火”和“北斗”两颗卫星的热控设计。
还参加过“神舟”飞船的测试。
应该算作一位前航天工作者。

2000年，离开航天部来到密西根州立大学（Michigan State University）攻读博士。
2004年获得博士学位。
然后作为工程师加入索拉透平公司（Solar Turbines Inc，是卡特彼勒的分公司），至今。

第一图书网, tushu007.com

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