

<<琉球人的长寿秘诀>>

图书基本信息

书名：<<琉球人的长寿秘诀>>

13位ISBN编号：9789570826746

10位ISBN编号：9570826746

出版时间：2004-1

出版时间：7-09999

作者：本社

页数：492

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>

<<琉球人的长寿秘诀>>

内容概要

琉球人的長壽秘訣，ISBN：9789570826746，作者：本社

## <<琉球人的长寿秘诀>>

### 书籍目录

译序

誌谢

前言

第一章 琉球——真正的香格里拉

第二章 二十五年的研究

第三章 世界上最健康的饮食

第四章 以琉球方式来吃

第五章 琉球有療效的植物和食物

第六章 苗條和合宜

第七章 治癒心靈

第八章 琉球时间：生活作息、壓力和老化

第九章 有效的支技網

第十章 四周运到恆久健康

第十一章 恆久健康是你能理解掌握的

第十二章 琉球秘诀食谱

附录 附加资讯

<<琉球人的长寿秘诀>>

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>