

八分钟练功法



作者：司徒杰著

出版社：上海：上海中医学院出版社

出版日期：1989.11

总页数：108

介绍：本书介绍的八分钟练功法简单易学,指导读者将气功的三要素:调身、调息、调神三者统一起来,开发人体潜在的功能,有效地起到强身和防治疾病的作用。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/10094261.html>）查找全本阅读方式

八分钟练功法 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/10094261.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/10094261.html>

书名：八分钟练功法