

行走更健康 30天再造好体质



作者：秦爽主编

出版社：北京：中国建材工业出版社

出版日期：2005.04

总页数：242

介绍：本书讲述了每月走30天，每天走30分，寿命可延长8至10年，每天比不行走的人多活将近3个小时。告诉读者不花钱的治病方法：迈开双腿，走向健康未来！

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/11371480.html>）查找全本阅读方式

行走更健康 30天再造好体质 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/11371480.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/11371480.html>

书名：行走更健康 30天再造好体质