

轻松做个睡美人



作者：郭欣妮著

出版社：长沙：湖南科学技术出版社

出版日期：2007.04

总页数：168

介绍：现代生活中的“夜猫族”、“失眠族”等一些睡眠质量得不到保证的群体，面临着健康每况愈下、衰老与日俱增等一系列问题，本书作者专心研读许多相关资料与专业文献，将所学的正确理论与可靠数据，整合出一套适合上述群体的简易有效的美容养生模式，让他们得以轻松找回健康……

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/11878431.html>）查找全本阅读方式

轻松做个睡美人 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/11878431.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/11878431.html>

书名：轻松做个睡美人