

偷菜不如偷健康 上班族健身小动作



作者：牛国卫主编

出版社：厦门：鹭江出版社

出版日期：2010.09

总页数：162

介绍：本书所讲内容紧扣日常生活、工作和学习，可操作性强。一看就懂，一动就会，一练就灵，它符合读图时代的需求，适合大众阅读，是办公室里的“私教”。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12643359.html>）查找全本阅读方式

偷菜不如偷健康 上班族健身小动作 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12643359.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12643359.html>

书名：偷菜不如偷健康 上班族健身小动作