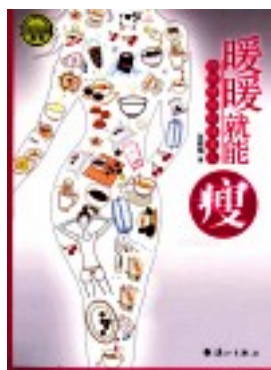


暖暖就能瘦 自然修炼轻体美人



作者：张晓梅著

出版社：桂林：漓江出版社

出版日期：2010.08

总页数：223

介绍：本书从健康出发，从最难减瘦的腰腹开始，每天花几分钟做几个比伸懒腰复杂不了多少的“懒人”动作，即可减瘦。关键是，你真的还可以在此期间享受食物给予的快乐，回归中医养生和健康生活方式，以进阶形式将你彻底改造成永远不需减肥的暖性体质，获得永久的苗条与健康！

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12801284.html>）查找全本阅读方式

暖暖就能瘦 自然修炼轻体美人 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12801284.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12801284.html>

书名：暖暖就能瘦 自然修炼轻体美人