

放松 身体和心灵放松的89种方法



作者：刘景澜著

出版社：北京：中国致公出版社

出版日期：2010.07

总页数：213

介绍：本书中的89种有关放松的方法和策略是作者多年来自行摸索出来的，并得到验证，这些方法和策略简便易行并且富有效果，适用于企业领导、职场中人士等。

说明：登录教客网 (<https://www.jiaokey.com/book/detail/12989784.html>) 查找全本阅读方式

放松 身体和心灵放松的89种方法 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12989784.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12989784.html>

书名：放松 身体和心灵放松的89种方法