

长寿从脑开始 健脑长寿法



作者：程昭寰主编

出版社：北京：中医古籍出版社

出版日期：2010.03

总页数：151

介绍：本书分为健脑益智法，健脑长寿法和健脑治病法，介绍通俗实用的健脑方法数十种，包括饮食健脑、运动健脑、心理健脑、音乐健脑、呼吸健脑、艺术健脑等。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/13181957.html>）查找全本阅读方式

长寿从脑开始 健脑长寿法 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/13181957.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/13181957.html>

书名：长寿从脑开始 健脑长寿法