

肩周炎、腰疼、腿无力等50种常见病自我康复法



作者：黄木村著

出版社：武汉：湖北科学技术出版社

出版日期：2018.06

总页数：173

介绍：肩周炎、腰疼、腿无力等50种常见病自我康复法本书强调借由拉动筋骨、伸展肌肉，进而启动治愈身体的能源，通过拉腰、转手、踢腿、动下巴等简单的动作使腰酸背痛、筋骨无力、脚麻手抖等症状减缓甚至自愈，以达到改善病症的目的。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/14472830.html>）查找全本阅读方式

肩周炎、腰疼、腿无力等50种常见病自我康复法 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/14472830.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14472830.html>

书名：肩周炎、腰疼、腿无力等50种常见病自我康复法