

家庭按摩图解大全



[家庭按摩图解大全_下载链接1](#)

著者:赫德森(英)

出版者:中国纺织出版社

出版时间:1999-03

装帧:平装

isbn:9787506415583

《家庭按摩图解大全》介绍的按摩是一种最容易操作和保持健康的方法，其疗效是现代药物无法代替的。全书精选了大量图片，直观具体地传授了对胎儿、对儿童、对爱人、对家人、对朋友及自我进行全身按摩的技巧，包括安抚性的按摩、保健性的按摩和治疗性的按摩。本书图文对照，能人易懂，手法简单，直观易学，有病治病，无病保健，是

家庭生活的良师益友。

作者介绍:

目录: 导言
准备工作
基本技术
气味疗法
给人做按摩
背部按摩
足部按摩
腿部按摩
手部按摩
手臂按摩
腹部按摩
胸部和颈部按摩
面部按摩
头部按摩
10分钟按摩
自我按摩
全身按摩
面部和颈部按摩
给婴儿及儿童按摩
孕期按摩
给婴儿按摩
给儿童按摩
按压技术
指压
反射理论
治疗性按摩
按摩的治疗作用
解剖
参考文献
致谢
• • • • • ([收起](#))

[家庭按摩图解大全_下载链接1](#)

标签

美剧

流行

欧美

原声

主题曲

OST

评论

[家庭按摩图解大全_下载链接1](#)

书评

[家庭按摩图解大全_下载链接1](#)