

穴位指压去百病



[穴位指压去百病_下载链接1](#)

著者:云虹

出版者:北京科学技术出版社

出版时间:1999-4

装帧:平装(无盘)

isbn:9787530422687

《穴位指压去百病》为您介绍的就是最通俗、最简单、最实用，同时又是最有效的按摩术。掌握按摩术有两个难点，一个是手法，一个是穴位。按摩手法有几十种，不找人指点很难学会；人体上的穴位有几百个，不下苦功夫休想记全。指压法恰恰在这两个方面做了大胆突破。它的手法再简单不过了，只要用指头按下去就有效果。至于穴位，《穴位指压去百病》中配有大量图示，一看就明白。如果你懒得看图，我们再教你四个字：哪痛按哪。这种方法看似随便，却完全符合确定穴位的科学原理，而且在实践中也有很好的效果，只要你找到了压痛点，就放心大胆地按下去，保证你会得到一份意外的惊喜。

作者介绍:

目录: 开篇 穴位指压法入门
上篇 按出你的美丽和曲线来
中篇 按出你的轻松和愉快来
下篇 一指去百病
合篇 家庭应急指压按摩
· · · · · · [\(收起\)](#)

[穴位指压去百病_下载链接1](#)

标签

穴位

中国文化

评论

[穴位指压去百病_下载链接1](#)

书评

[穴位指压去百病_下载链接1](#)