

背部按摩



[背部按摩 下载链接1](#)

著者:任潮流

出版者:人民卫生出版社

出版时间:2000-01-01

装帧:

isbn:9787117036672

本书主要介绍的是关于背部的按摩方法及作用，并详细地介绍了背部按摩对于人体某些部位的好处及益治，保健，书中附有彩色图案，具体讲述了按摩的部位及注意事项，有利于初学者的了解及掌握，既简便又有效。

作者介绍:

目录:祛疲劳 强筋骨

腰背分推祛疲劳
双龙点肾助强筋
促进健美
推擦祛面部痤疮
按擦击打助减肥

.....

调养心神
拍打背部治失眠
点按心俞疗心悸

.....

防治呼吸系统疾病
脊背拿提治感冒
按穴治疗支气管哮喘

.....

防治胃肠病
防治肾病
防治运动系统疾病
小儿保健
防治小儿病
防治妇女病
防治男性病

• • • • • (收起)

[背部按摩 下载链接1](#)

标签

评论

[背部按摩 下载链接1](#)

书评

[背部按摩 下载链接1](#)