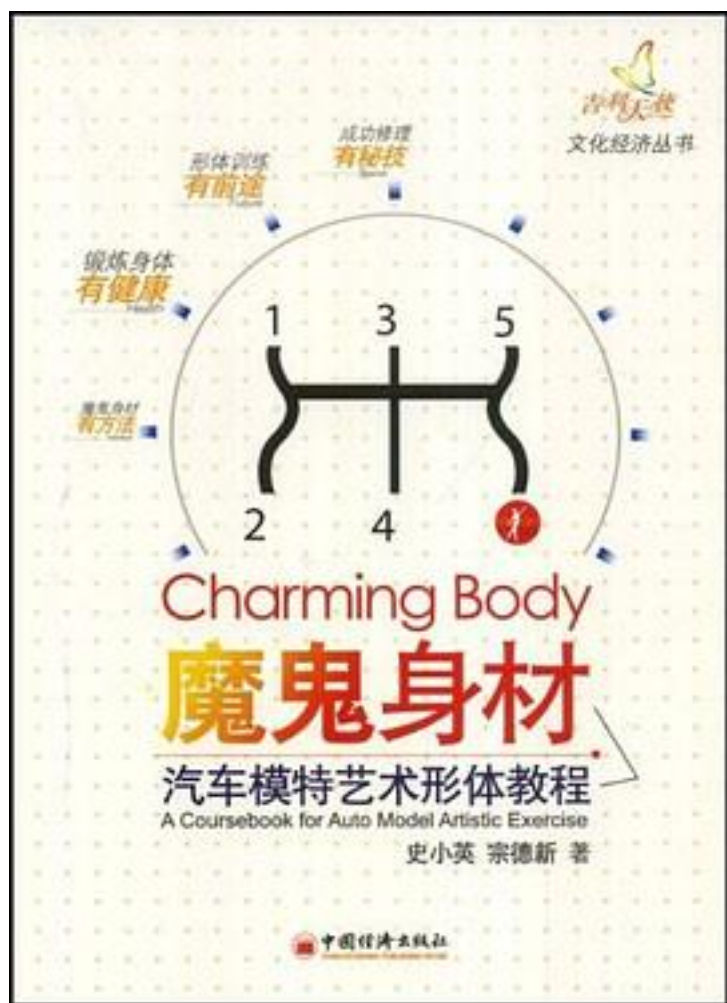


魔鬼身材



[魔鬼身材_下载链接1](#)

著者:晓叶

出版者:上海科学技术文献出版

出版时间:2005-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787543924673

28岁以后的女性，身体悄悄地变化，身材也不知不觉地变成自己讨厌的样子……看着别人的魔鬼身材，羡慕？叹息？

不用再对着镜子叹气，有言道临渊羡鱼，不如退而结网，试试本书告诉你的办法，让自己恢复青春体态，保持25岁的魔鬼身材！

作者介绍:

目录: 第一章 身体轻轻告诉你
第二章 魔鬼身材在于运动
第三章 步行——好身材的最简单秘诀
第四章 魔鬼身材 随时随地
第五章 让食物谋杀你体内多余的脂肪
第六章 瘦身金律 全球取经
· · · · · (收起)

[魔鬼身材_下载链接1](#)

标签

评论

[魔鬼身材_下载链接1](#)

书评

[魔鬼身材_下载链接1](#)