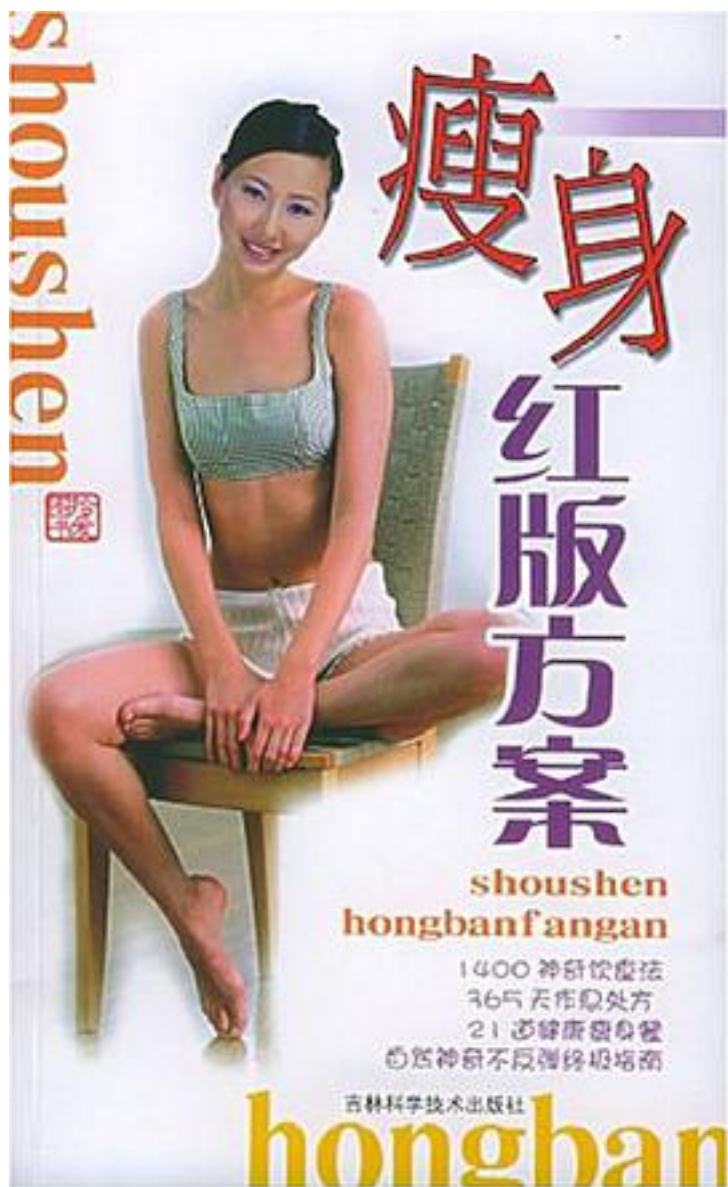


# 瘦身绿版方案



[瘦身绿版方案\\_下载链接1](#)

著者:恒兆文化 编

出版者:

出版时间:2005-3

装帧:

isbn:9787538430561

瘦和胖一直是时尚女性关注的话题，各种瘦身方法也层出不穷，但总不尽人意。新的研究表明，归根结底，瘦身要从合理饮食入手，辅助瘦瘦的生活方式。瘦身方案红版、绿版根据这一理念和实践为你设计了两种方案。两种方案可单独使用也可分两个阶段分别使用。

此方案容易操作，只要按照书中设计的步骤和节奏一步步跟下来，就会达到令人满意的瘦身效果，决不会有损健康噢！最关键的是，本书会使瘦身者养成瘦瘦的生活方式，让瘦身者的易胖体质转变成为易瘦体质，再也不会会有反弹的困扰。有了方案就快快执行吧！你会发现瘦身其实也是一件很自然的事情。

作者介绍:

目录:

[瘦身绿版方案\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[瘦身绿版方案\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[瘦身绿版方案\\_下载链接1](#)