

# 老康健百寶箱



[老康健百寶箱\\_下载链接1](#)

著者:彭作富編著

出版者:元氣齋

出版时间:2005年06月07日

装帧:

isbn:9789867596390

每個人對養生的定義都不一樣，有的重視頭部〈不要白髮、禿頭與皺紋〉，有的重眼睛〈看的清〉，有的則希望腳能走、可以到處逛逛就很滿足；接下來才關心牙口好不好、是否長壽。

本書蒐集許多獨特的養生長壽法，例如：寶瓶氣法、鍛練雙耳、活動脊椎等都不常聽到，但練過的人都說有效，請您無論如何選一種試試，相信會有意想不到的好處。家有一老如有一寶，希望年輕人將此書送給父母，比什麼都珍貴、實用。

作者介绍:

目录:

[老康健百寶箱\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[老康健百寶箱\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[老康健百寶箱\\_下载链接1](#)