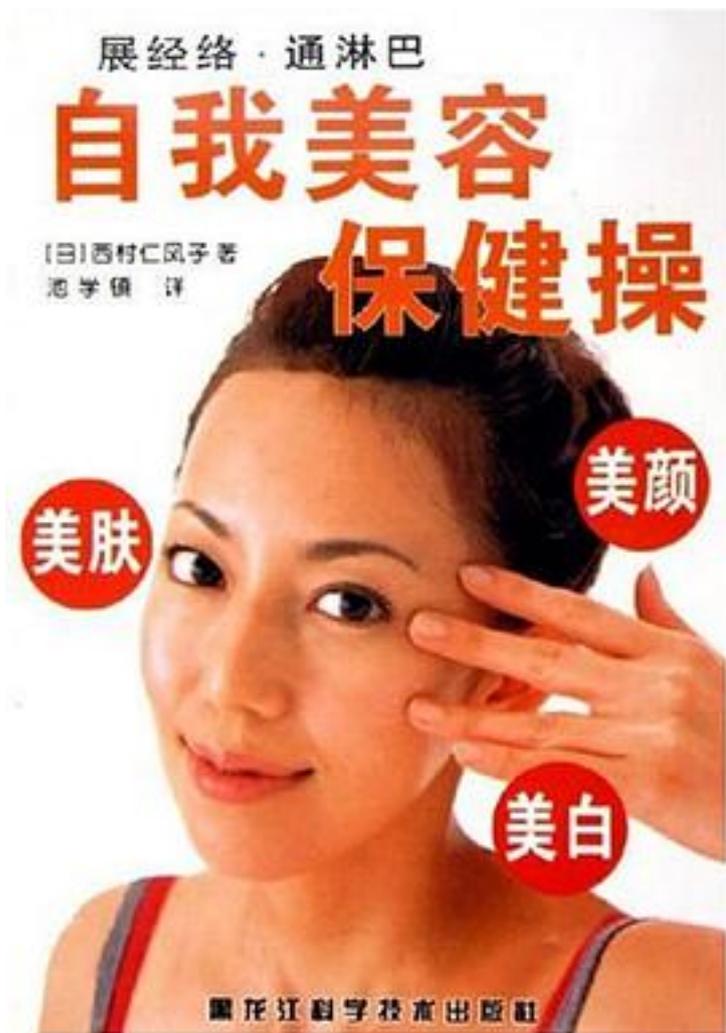


# 自我美容保健操



[自我美容保健操\\_下载链接1](#)

著者:西村仁凤子

出版者:黑龙江科学技术出版社

出版时间:2005-5

装帧:平装(无盘)

isbn:9787538848366

本书包括身体基础检查、面部淋巴按摩、美容养颜的生活入门三大部分，以图文并茂的

形式分别介绍了五官、肌肤、轮廓等部位的美容保健操的动作要领。

作者介绍:

目录:

[自我美容保健操\\_下载链接1](#)

## 标签

用户体验

生活

日本

我看过的五颗星好书

## 评论

这本很好。

-----  
[自我美容保健操\\_下载链接1](#)

## 书评

-----  
[自我美容保健操\\_下载链接1](#)