

# 瑜伽地带 基础瑜伽(1VCD)



[瑜伽地带 基础瑜伽\(1VCD\)\\_下载链接1](#)

著者:

出版者:中国康艺音像出版社

出版时间:

装帧:

isbn:9787880471670

全球最著名的《瑜伽地带》教学系列节目，集中消除腹部赘肉。亚马逊网最畅销YOGA教学VCD；告别小肚腩YOGA最佳体位。

《YOGAZONE》（《瑜伽地带》）是全球最著名的瑜伽健身系列节目。每套均由高级瑜伽教练通过两段各20分钟的经典体位教学，带您进入YOGA的世界。两段内容既可单独练习，也可一气呵成练完。

作者介绍:

目录:

[瑜伽地带 基础瑜伽\(1VCD\)\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[瑜伽地带 基础瑜伽\(1VCD\) 下载链接1](#)

书评

-----  
[瑜伽地带 基础瑜伽\(1VCD\) 下载链接1](#)