

腿部按摩技法



[腿部按摩技法 下载链接1](#)

著者:封进启

出版者:天津科技翻译出版公司

出版时间:2006-6

装帧:

isbn:9787543320352

作者在按摩实践中体会到腿的保健是非常重要的，50岁以上的人腿部病痛很常见，95

%以上的中老年人都有病痛。按摩保健能消除病痛，提高活力和生活质量。

本书介绍了有关腿部的中西医知识、经穴常识、常见伤痛、自我按摩和家庭按摩技法、常见病痛的自我和家庭按摩。家庭按摩实际就是作者在临床的按摩技法，去粗取精，变得简单有效，容易掌握。自我按摩是人人都能使用的手法，大家按此法进行保健，则能强身健体，健康长寿。这叫腿部按摩一点通。

本书图文并茂，配有VCD光盘演示，视觉直观，容易掌握。对广大保健按摩爱好者、职业按摩师和医院按摩同行都有帮助。

作者介绍:

目录:

[腿部按摩技法 下载链接1](#)

标签

评论

[腿部按摩技法 下载链接1](#)

书评

[腿部按摩技法 下载链接1](#)