

# 魅力瘦身全书



[魅力瘦身全书 下载链接1](#)

著者:三叶

出版者:海潮出版社

出版时间:2006-6

装帧:

isbn:9787802132184

序言

第一章 健康瘦身常识

第二章 选择瘦身饮食

第三章 运动，瘦身的灵丹妙药

第四章 医疗瘦出好身材

第五章 健康排毒，有效瘦身

第六章 休闲生活也瘦身

作者介绍:

目录:

[魅力瘦身全书 下载链接1](#)

标签

美化外在

健身

伪娘

评论

图书馆借的，看过没印象。理念应该是正确的吧。

[魅力瘦身全书 下载链接1](#)

## 书评

---

[魅力瘦身全书 下载链接1](#)