

全身舒缓地图



[全身舒缓地图_下载链接1](#)

著者:林艺璋编著

出版者:上海文化出版社

出版时间:2006-7

装帧:

isbn:9787807400103

最时尚的SPA疗法，最传统的中医疗法，最科学的运动疗法，最天然的草本芳香疗法，特别描绘一张舒缓病痛的健康地图，让你可以依照自身的健康状况，找到最适合自己的舒压方式。

走近风靡世界的各种时尚舒压疗法，真正达到身体的舒畅和心灵的宁静，为你的身心减压指点迷津！

压力在每个人身体上的反应都有所不同：有些人仅仅是头皮瘙痒，有些人则是折磨人的头痛；有些人是局部关节肿胀，有些人则可能全身肌肉疼痛。我们根据人体全身可能产生的不适，描绘出一张舒缓病痛的健康地图。在这张地图上，你可以依照自身的健康状况找到最适合自己的舒缓办法。而且，这份地图所展示的疗法也是世界性的，有最时尚的sPA疗法、最传统的中医疗法、最科学的复健运动疗法、最天然的草本芳香疗法等等。在阅读和尝试中，就像畅游世界各地的舒压疗养地，真正达到身体的舒畅和心灵的宁静。

作者介绍:

目录:

[全身舒缓地图_下载链接1](#)

标签

全身舒展地图

评论

[全身舒缓地图_下载链接1](#)

书评

[全身舒缓地图_下载链接1](#)