

# 千“谚”万语话养生



[千“谚”万语话养生\\_下载链接1](#)

著者:水淼

出版者:2008-1-1

出版时间:2008-1

装帧:

isbn:9787802034921

本书从饮食、运动、睡眠、心态等方面，精心搜集众多健康谚语，结合现代人的生活方式，告诉读者一些宝贵的养生健体经验，并给出科学依据；同时，本书也具体介绍了不少简单易行的养伤方法。

作者介绍:

目录:

[千“谚”万语话养生\\_下载链接1\\_](#)

标签

健康

评论

6.29周二下午借 7.6还

-----  
[千“谚”万语话养生\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[千“谚”万语话养生\\_下载链接1\\_](#)