

自然减肥全书



[自然减肥全书 下载链接1](#)

著者:夏晓丹

出版者:中国纺织

出版时间:2008-1

装帧:

isbn:9787506446914

《自然减肥全书》主要内容：为什么有的人减肥难以成功?因为嘴馋、暴食、偏食、不喜欢运动……既然大家都知道症结所在，为什么苗条梦想还是无法实现?因为缺乏行之有效的全方位减肥理念。《自然减肥全书》打破了一般减肥读物只介绍寥寥几种减肥方

法的常规，把多种行之有效的减肥方法结合起来，使人随时能够抓住生活中的每一个减肥契机，完全不借助减肥药，而收获匀称、健康和自信！

作者介绍:

目录:

[自然减肥全书_下载链接1](#)

标签

评论

[自然减肥全书_下载链接1](#)

书评

[自然减肥全书_下载链接1](#)