

增高矫型宝典



[增高矫型宝典 下载链接1](#)

著者:梁朵

出版者:

出版时间:2007-9

装帧:

isbn:9787807055655

《增高矫型宝典:看,我长高了!(修订版)》包括国际权威机构、医学专家推荐的科学增高方法, 儿童、青少年必学, 成年人也应该积极尝试, 文中具体概括为: 力学增高体操、

瑜伽增高法、普拉提斯增高操、饮食增高法、冥想增高法。安全100%，符合人体自然生长规律。

作者介绍：

目录：

[增高矫型宝典 下载链接1](#)

标签

评论

[增高矫型宝典 下载链接1](#)

书评

可以买来看看，矮比想尽了各种办法啊摔。。。瑜伽还可以练一下，增高操其实是在轻轻地动动胳膊动动腿。。。。家里条件允许自己做增高美食也还可以做一下不过住校的学生党真的没办法完全照着书上做。。

[增高矫型宝典 下载链接1](#)