

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](#)