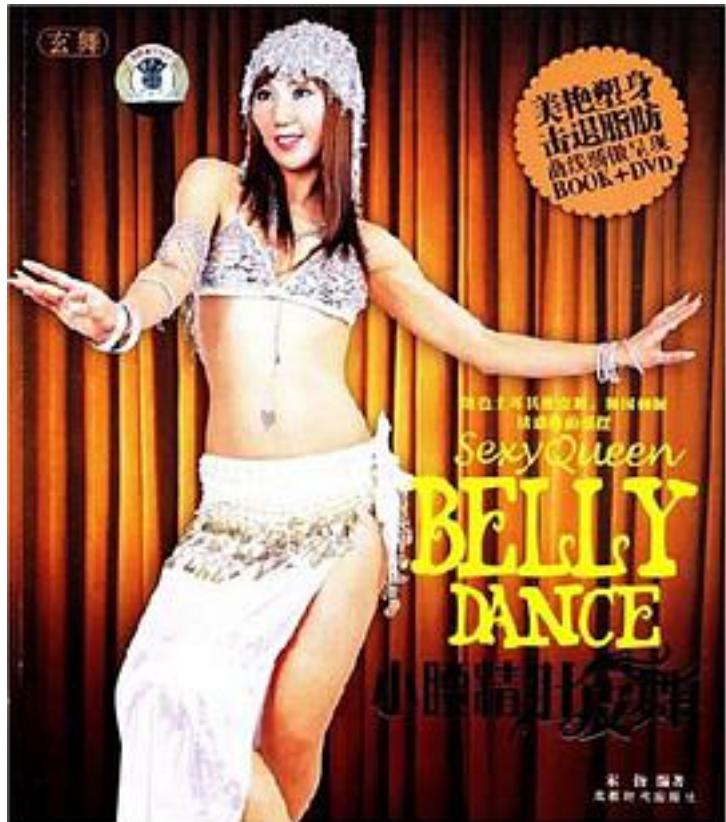


# 小腰精肚皮舞



[小腰精肚皮舞 下载链接1](#)

著者:宋扬

出版者:成都时代

出版时间:2008-1

装帧:

isbn:9787807056720

《小腰精肚皮舞》主要内容：来自中东土耳其的肚皮舞，是一种牵动全身上下关节运动，包含了大量的腰腹部动作。主要提收腰、腹、臀、胸等躯干部位的肌肉，消除腰腹部的赘肉，腿部和肩部肌肉群也能得到了很好的锻炼。

跟宋扬老师一起来学专业的肚皮舞吧，挺胸、抖髋、转胯、提臀……天鹅般的美颈、挺拔的双峰、纤美的手臂、妖娆的中段、平滑的小腹、迷人的背影……风情开始点燃，心情也随之性感起来！

作者介绍:

目录:

[小腰精肚皮舞 下载链接1](#)

标签

评论

[小腰精肚皮舞 下载链接1](#)

书评

[小腰精肚皮舞 下载链接1](#)