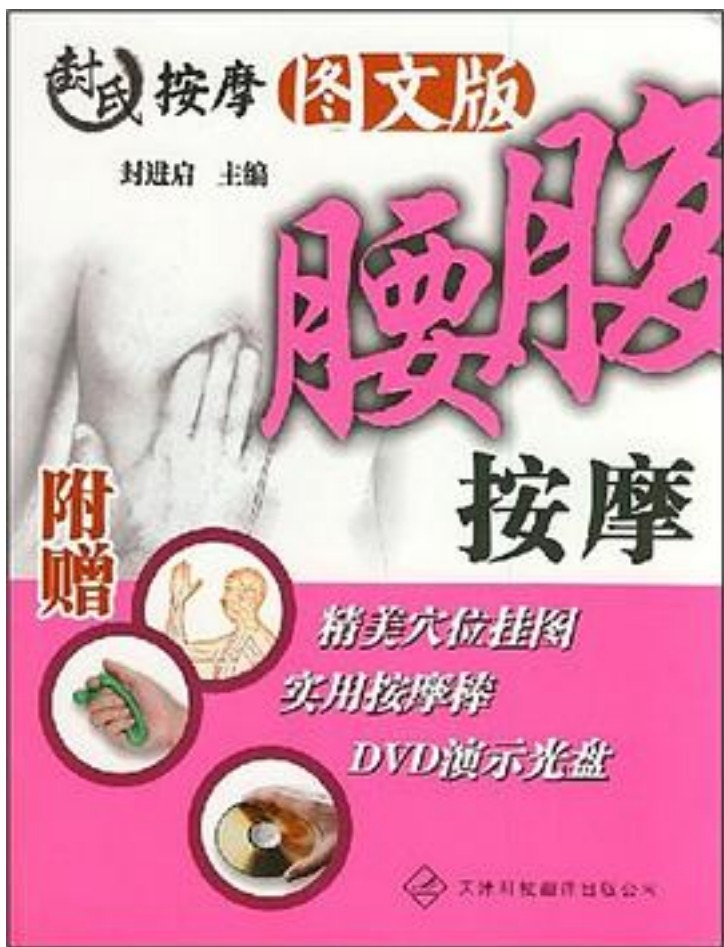


# 腰腹按摩



[腰腹按摩\\_下载链接1\\_](#)

著者:封进启 编

出版者:

出版时间:2008-7

装帧:

isbn:9787543323148

《封氏按摩:腰腹按摩(图文版)》分为腰腹按摩，手足按摩，全身按摩，头颈按摩四册，以图文并茂的方式，向大家介绍保健按摩的方法，技巧，旨在帮助大家学会并掌握“家庭按摩”和“自我按摩”的简单操作，其实，对我们每个人来说，学习按摩并不难，只

要注意方法，力度和时间即可，自我按摩可以自由掌握力度和实践，家庭成员之间的相互按摩更能增进亲情，这可以给我们的健康生活带来更多的快乐。

作者介绍:

目录:

[腰腹按摩\\_下载链接1\\_](#)

标签

按摩

评论

-----  
[腰腹按摩\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[腰腹按摩\\_下载链接1\\_](#)