

# 快速燃烧脂肪.塑造减肥静悄悄



[快速燃烧脂肪.塑造减肥静悄悄\\_下载链接1](#)

著者:水淼

出版者:

出版时间:2008-8

装帧:

isbn:9787509116005

《快速燃烧脂肪:塑身减肥静悄悄》主要内容：体内脂肪的堆积，不仅影响到形体美观

，而且影响到我们的身体健康。在我们的生活中，很大程度上，“肥胖是疾病的根源”。那么，我们要怎样减掉体内多余的脂肪，留下健康和美丽呢？最好的办法是通过一些自然又简单的方法，让这些脂肪在体内燃烧掉。《快速燃烧脂肪:塑身减肥静悄悄》用通俗的语言向读者介绍，如何在日常生活的饮食、运动、习惯中，运用实用且时尚的方法，燃烧脂肪，达到塑身的目的。这些方法对想轻身瘦体的女性朋友不仅简单，而且实用。

作者介绍:

目录:

[快速燃烧脂肪.塑造减肥静悄悄\\_下载链接1](#)

标签

诶

2018

评论

跟好多书大同小异

-----  
[快速燃烧脂肪.塑造减肥静悄悄\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[快速燃烧脂肪.塑造减肥静悄悄\\_下载链接1](#)