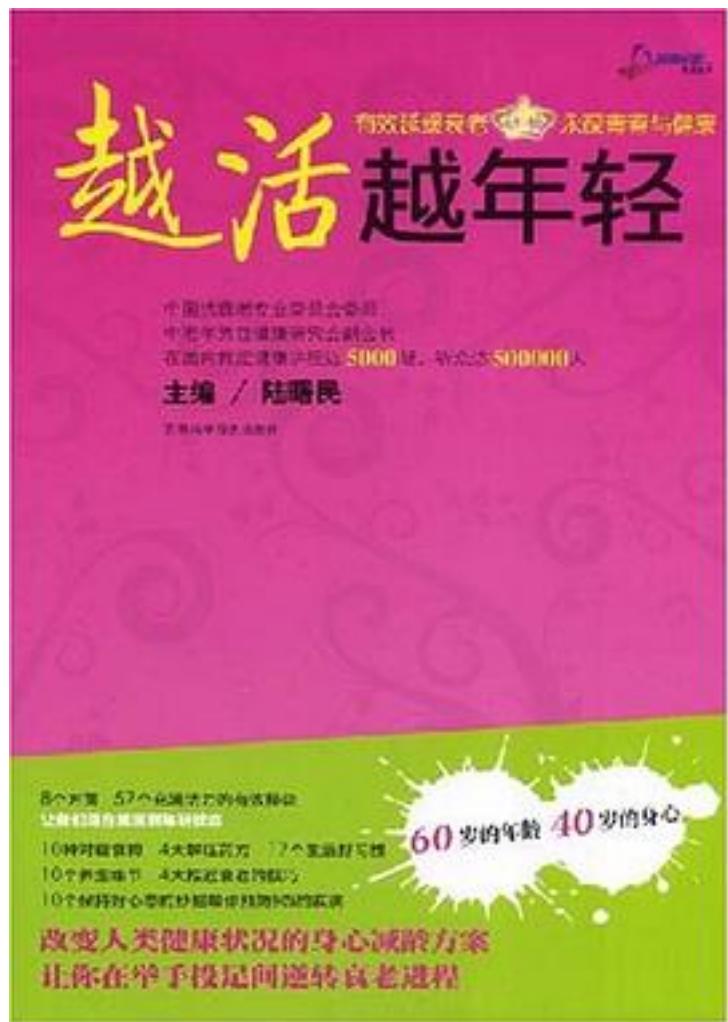


越活越年轻



[越活越年轻_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2008-8

装帧:

isbn:9787538437478

《越活越年轻》主要内容：岁月不饶人，谁也跑不了身体的衰老。衰老是什么？衰老不

是一个抽象的概念，更不是一个玄秘的现象，而是每时每刻都在发生的事。爱美的人类，谁不想使自己更年轻，并能留住一份健康的美呢，人是完全能够延缓衰老的。怎样才能延缓衰老，大幅度地延长你的青春期呢？这就是《越活越年轻》所介绍的内容。

《越活越年轻》作为一本养生文化的普及读物，既包含了易于理解的理论知识，又介绍了一些身心减龄的具体可行的实践方法。全书内容丰富，阐述简明，贴近百姓，贴近生活，融知识性、可读性和实用性于一体，对指导广大人民群众的抗衰老行动起到了积极的指导作用。

通过对《越活越年轻》的阅读，你将会发现生活是美好的，是充满希望的，人的真实年龄已不再是讳莫如深的问题了，因为现在的你看起来更年轻、更健康、更有魅力。还等什么，快快拿起此书阅读吧。

作者介绍:

目录:

[越活越年轻 下载链接1](#)

标签

评论

[越活越年轻 下载链接1](#)

书评

[越活越年轻 下载链接1](#)