

UP300%提升能量的果汁



[UP300%提升能量的果汁 下载链接1](#)

著者:主妇生活编辑部 编

出版者:

出版时间:2011-6

装帧:

isbn:9787544240703

《UP300%提升能量的果汁(第2版)》内容简介：果汁和奶昔不仅含有丰富的营养，还可以补充人体所需的能量，因此非常适合经常运动的人。另外，果汁和奶昔还能促进消化和吸收，进而促进新陈代谢。最近的研究结果表明，果汁和奶昔还具有消除疲劳和预防衰老等功效，因此大大地引起了人们的关注。《UP300%提升能量的果汁(第2版)》介绍了果汁和奶昔对运动的影响，以及果汁和奶昔与运动之间的关系。希望读者能通过《UP300%提升能量的果汁(第2版)》提高运动能力，保持身体健康。对于想通过补充营养而提高运动能力的人来说，《UP300%提升能量的果汁(第2版)》会成为很好的指南书。

作者介绍:

目录:

[UP300%提升能量的果汁_下载链接1](#)

标签

果汁

韩国

靈療/能量

生活

主妇生活编辑部

UP300%提升能量的果汁

评论

真心只是常识，买这个书就是教你混合果汁奶昔的做法啦。。。。。。。

[UP300%提升能量的果汁_下载链接1](#)

书评

[UP300%提升能量的果汁_下载链接1_](#)