

决定女人一生健康的七大习惯



[决定女人一生健康的七大习惯_下载链接1](#)

著者:克里斯·科洛里

出版者:

出版时间:2009-1

装帧:

isbn:9787564400453

《决定女人一生健康的七大习惯》将改变你的生活。它会告诉你怎样调整自己的生物钟，做到一年比一年更年轻。这是一个谨慎而又严肃的宣言。《决定女人一生健康的七大

习惯》以进化生物学、细胞生理学、实验心理学和人类学作为科学依据，向你讲述作者克里斯·科洛里一位70岁美国老人的一线体验，告诫女性成为自己身体的积极的“守门人”，在越发趋于年轻的同时获悉所有导致身体机能衰老的各种危险信号，始终保持精力充沛、容光焕发。《决定女人一生健康的七大习惯》妙趣横生、引人入胜、催人深思，该是女性觉醒如何在机能上年轻起来的时候了。

作者介绍:

目录:

[决定女人一生健康的七大习惯_下载链接1](#)

标签

评论

[决定女人一生健康的七大习惯_下载链接1](#)

书评

[决定女人一生健康的七大习惯_下载链接1](#)