

女性时尚养生读本



[女性时尚养生读本_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-5

装帧:

isbn:9787122045348

《女性时尚养生读本》针对时尚女性的生理和心理特点，介绍了时尚女性日常所热衷的

九大养生方式：排毒养生、蔬菜养生、水果养生、五谷杂粮养生、茶饮养生、心理养生、睡眠养生、瑜伽养生、按摩养生，内容简单实用，既有理论知识的阐述，又有易于操作的实践指导。只要你选择适合自己的养生方式，美丽与健康就会如约而至。

作者介绍:

目录:

[女性时尚养生读本_下载链接1](#)

标签

评论

[女性时尚养生读本_下载链接1](#)

书评

[女性时尚养生读本_下载链接1](#)