

我要再瘦一點



[我要再瘦一點 下载链接1](#)

著者:原水文化編輯室

出版者:原水文化

出版时间:2007

装帧:平裝

isbn:9789867069269

想再瘦一點，還是不只一點點？

健康不復胖的三合一瘦身法，值得你嘗試！

誰說減重一定要餓肚子？花大錢？吃減肥藥？

本書針對臉部、肩膀、脖子、胸部、腹部、臀部、

大腿、小腿等全身11處最易囤積脂肪的部位，

提供超過100種健康不復胖、在家輕鬆做的

正確飲食、運動按摩及生活瘦身法！

本書給想再瘦一點的你——

再瘦一點！修飾大餅臉，重現風采自信

再瘦一點！消除粗肩厚頸，重拾完美線條

再瘦一點！擺脫蝴蝶袖，再現纖細手臂
再瘦一點！ 重塑完美胸型，增強女性風采
再瘦一點！ 改善虎背熊腰，雕塑完美曲線
再瘦一點！ 拒絕水桶腰，秀出美麗蠻腰
再瘦一點！ 趕走大腹婆，穿衣更完美
再瘦一點！ 拋棄大屁股，緊實俏臀型
再瘦一點！ 不要大象腿，結實窈窕大腿
再瘦一點！ 甩掉蘿蔔腿，美型修長小腿

作者介绍:

原水文化編輯室

成員：國內醫師、保健專家、學者和資深寫作者

宗旨：深入研究讀者對健康問題的疑惑，提供最平易、正確和直接的解答

專長：了解讀者需求，平易迎人的寫作風格，容易閱讀的編輯設計

目录:

[我要再瘦一點_下载链接1](#)

标签

评论

[我要再瘦一點_下载链接1](#)

书评

[我要再瘦一點_下载链接1](#)