

# 骨盤呼吸ダイエットカレンダー



[骨盤呼吸ダイエットカレンダー 下载链接1](#)

著者:松岡博子

出版者:グラフ社

出版时间:2009/06

装帧:

isbn:9784766212600

深い呼吸に合わせたゆがみ直し体操でやせる!元気になる!キレイになる!一寝たままで  
きる骨盤呼吸体操+季節に合わせた体操、食、生活術のダブル効果でやせ力アップ。

不調解消、アンチエイジングにもいい。快適骨盤暮らしの知恵がいっぱい。

作者介绍:

松岡 博子

福岡県生まれ。アピア均整院主宰。身体均整師会理事。身体均整法学園で身体均整法を学び、東京・高田馬場に治療院を開業。確かな知識と高い技術で支持され、テレビや雑誌などのメディアでも活躍。また、現代美術家としての顔も持つ(本データはこの書籍が刊行された当時に掲載されていたものです)

目录:

[骨盤呼吸ダイエットカレンダー 下载链接1](#)

标签

评论

[骨盤呼吸ダイエットカレンダー 下载链接1](#)

书评

[骨盤呼吸ダイエットカレンダー 下载链接1](#)