

# 呼吸按摩



[呼吸按摩 下载链接1](#)

著者:刘勇

出版者:

出版时间:2009-8

装帧:

isbn:9787538157482

《呼吸按摩》内容简介：肩部酸痛僵硬、手足冰冷麻木、肌肤粗糙暗哑、浮肿、肥胖、

便秘……长时间的伏案工作给办公室女性带来了数之不尽的健康和美丽问题。怎样才能真正地摆脱这些恼人的症状呢?请翻开《呼吸按摩》，对照病症进行实践，深腹式呼吸能够使全身的细胞处于富氧状态，使血液循环变得顺畅；同时再加以正确的穴位刺激，帮助加速排出体内的毒素。崭新的活力生活从呼吸按摩开始！

作者介绍:

目录:

[呼吸按摩 下载链接1](#)

标签

健康

速讀の

★要買の

Body\_Arts

评论

随时随地的健康帮手

[呼吸按摩 下载链接1](#)

书评

[呼吸按摩\\_下载链接1](#)