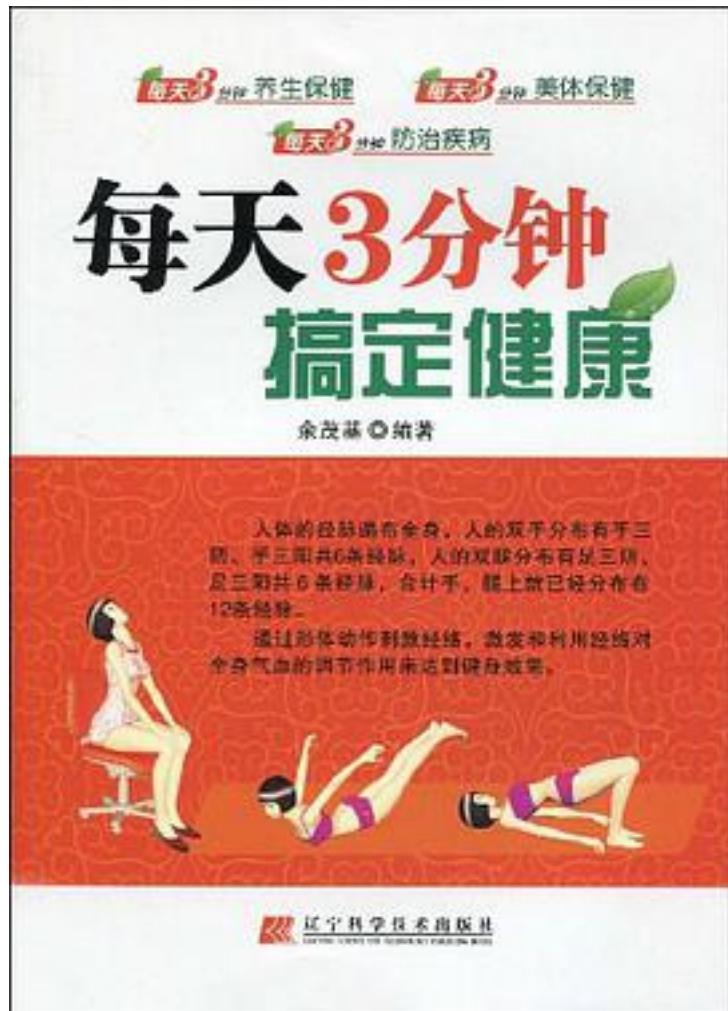


每天3分钟搞定健康



[每天3分钟搞定健康 下载链接1](#)

著者:余茂基

出版者:

出版时间:2009-10

装帧:

isbn:9787538159042

《每天3分钟搞定健康》通过形体动作刺激经络，激发和利用经络对全身气血的调节作

用来达到健身效果。人体的经脉遍布全身，人的双手分布有手三阴、手三阳共6条经脉，人的双腿分布有足三阴、足三阳共6条经脉，合计手、腿上就已经分布有12条经脉。

作者介绍:

目录:

[每天3分钟搞定健康_下载链接1](#)

标签

评论

[每天3分钟搞定健康_下载链接1](#)

书评

[每天3分钟搞定健康_下载链接1](#)