

邻家女孩的快乐瘦身密码



[邻家女孩的快乐瘦身密码_下载链接1](#)

著者:桃子 编

出版者:

出版时间:2010-1

装帧:

isbn:9787530958766

《邻家女孩的快乐瘦身密码》 超过90%的爱美的女人都觉得自己需要瘦身!但是，瘦身

的方式这么多，到底哪些才是真正有效并且不伤身呢？翻开《邻家女孩的快乐瘦身密码》，你就会得到健康快乐瘦身的密码，让拥有健康苗条的身材，志在必得：

纤手臂，健康简单瑜伽玉臂操，让蝴蝶袖从此消失不见！

缩小腹，收腹细腰居家小活动，消灭你的腰腹大患！

塑俏臀，手脚并用一起PUP，帮助屁屁翘起来！

修长腿，快乐生活小运动，打造名模级美腿不是梦！

消排毒，活络筋骨消浮肿，还你凹凸有致好身材！

作者介绍:

目录:

[邻家女孩的快乐瘦身密码_下载链接1](#)

标签

评论

[邻家女孩的快乐瘦身密码_下载链接1](#)

书评

[邻家女孩的快乐瘦身密码_下载链接1](#)