

# 這輩子瘦得了嗎?



[這輩子瘦得了嗎? 下载链接1](#)

著者:Liz

出版者:玩媒體股份有限公司

出版时间:2012-5

装帧:平装

isbn:9789868671430

天生就是米其林？連喝水都會胖？快讓Liz拯救你！

號稱瘋狂宅女的Liz，天天流連於床舖與電腦椅間卻不發胖？

全靠她長期抗戰累積而成的一手獨門祕笈！都在本書不藏私全公開！

◎吃得瘦：不是斷食就會瘦，如何減了不再復胖才是一門課題！

【超美味低卡零食清單】，讓你滿足口腹之慾又能輕鬆保持苗條體態！

◎穿得瘦：明天就要約會了！挑對衣服視覺立刻瘦！

◎妝得瘦：月亮臉、馬臉、方臉退散！小臉化妝教學示範！

◎拍得瘦：超人氣部落客必備求生技能—自拍小臉術

◎動得瘦：老話一句，要瘦，你不能不動！

◎整得瘦：無論如何都瘦不了？終極秘方終極秘方『雷射溶脂』、『肉毒桿菌』登場！

◎特別附錄：【Liz減重筆記本】，NG減肥紀錄大公開，全面推翻你對減重偏方的迷思！

作者介紹：

Liz

無名千萬人氣部落客，曾任Channel [V]流行IN HOUSE『流行IN達人』！

擁有與生俱來的美感sense & 吸睛度爆表的甜美外型，

在美妝、流行、3C方面都有獨到品味，FB粉絲已破萬！

雖擁有混血兒般的精緻五官，卻深受易胖體質困擾，

將與大家分享長期與纖細體態抗戰的獨門密笈！

Make up beauty部落格[www.wretch.cc/blog/hehehaha1989](http://www.wretch.cc/blog/hehehaha1989)

目录：

[這輩子瘦得了嗎？下载链接1](#)

标签

瘦

122

评论

[這輩子瘦得了嗎？下载链接1](#)

# 书评

---

[這輩子瘦得了嗎?](#) [下载链接1](#)