

# 美丽俏佳人



[美丽俏佳人\\_下载链接1](#)

著者:李静

出版者:湖南文艺

出版时间:2011-7

装帧:

isbn:9787540450045

《美丽俏佳人:明星们都在用的美丽之道》内容简介:自09年以来,《美丽俏佳人》栏目出版的第一本新书!全书内容精心挑选自1000多集节目,将大家最关心的,以前书中没出现过的内容整理而成。在书中,小P、KEVIN、梅琳、游丝棋大谈明星们都在用独家美丽之道,核心内容涉及美肤保养、美体塑形、魅力彩妆以及独家精油自制等多个方面,如专为上班族设计的神奇排毒美腿按摩术、30+女人必学的粉红减龄术、简单好用的“剪刀手”去皱法、减肥不减胸的独家精油按摩术等,能让你全面拥有最流行的时

尚妆法绝招、最实用的美丽技巧及独家精油DIY配方！没时间看《美丽俏佳人》的朋友看这一本就足够了！

《美丽俏佳人:明星们都在用的美丽之道》不容错过的理由：

- 1、新书是1000集《美丽俏佳人》节目内容的精华荟萃，错过节目的朋友，看《美丽俏佳人:明星们都在用的美丽之道》就够了。
- 2、在书中，小P、KEVIN、梅琳、游丝棋等顶级专家联手为你支招，大谈他们轻易不外传的美容化妆之道，而且很多方法都是在书中首次出现。
- 3、随书赠送静佳魔法面膜和10元静佳品牌代金券，绝对物超所值。
- 4、新书核心内容涉及皮肤保养、美体塑形、魅力彩妆以及精油的芳香使用方法等多个方面，能让你全面拥有最流行的时尚妆法绝招、最实用的美丽技巧以及独家美丽精油DIY配方。
- 5、集经典案例、实用技巧、产品推荐和图片展示于一体，让每一个爱美的女性都能找到自己变美的方法，堪称爱美达人必读。
- 6、李静、小P、kevin、梅琳、游丝棋、Aven等曾在新书上市的第一时间发微博强烈推荐，引发众多粉丝追捧，喜欢他们的你，不能落下哦。

作者介绍:

目录: 写在前面CHAPTER 1 皮肤篇揭秘女明星的驻颜术 美白才是王道，蛋白肌养成术  
哪种美白成分最适合自己 肌肤诊室典型案例 去除角质，打通肌肤美白通道  
保湿补水，加快肌肤美白进程 促进代谢，加速黑色素的排除 全面美白答疑课堂  
打响熟女真假皱纹“阻击战”，细纹靠边站 如何区分真假皱纹 分区抗皱法，灭掉幼纹  
提拉、紧致肌肤的“明星们” 轻熟女老化指数自测门7  
干燥肌水润急救术，留住少女般细嫩鲜活 肌肤为什么容易干渴  
不同干燥肌的保湿护理方案 保持肌肤水润的卸妆、洁面技巧  
脸部控油大作战，永远告别油饼脸 分“度”控油，为你量身打造控油策略  
补水保养你不可不知的小常识 小心!油性皮肤六大调理“陷阱”  
眼部美白全攻略，提升你的吸睛指数 眼部问题大挑战，你是哪一种 眼部问题小调查  
黑眼圈，别再未烦我 爱化妆的美眉要警惕色素型黑眼圈 彻底解决眼袋骚扰的难题  
抚平干燥细纹，回复柔嫩 美丽元素：眼霜成分集锦 远离“孔”慌，还原零毛孔瓷肌  
对付毛孔问题应“多管齐下” 反“孔”抢救计划 拒做“斑”长，打造“高像素”美肌  
色斑常识知多少 形成色斑的“元凶”有哪些 重点护理，逐步瓦解斑区  
对抗斑点的“冠军”——维生素C 按压穴位，击退色斑  
无瑕美鼻保养方案，解救五官的“统帅” Chapter 2 美体篇塑造完美S曲线Chapter 3  
精油篇给身体最好的礼物Chapter 4 美妆篇瞬间晋级化妆优等生附录  
· · · · · · ([收起](#))

[美丽俏佳人\\_下载链接1](#)

标签

美容

保养

美丽之道

化妆

李静

图书

内地

中国

评论

不能偷懒

-----  
没有评价的好呢。

-----  
这也忒基础了，半本都是广告

-----  
前面的美容减肥对我而言实在没有太多营养，直到精油部分开始，我才觉出这本书没有白买，勾起我对精油更深层次的兴趣，而且实践起来也不难，算是打开了一扇新的小门。  
-----

没几句有用的话

-----  
也不是很实用，比较肤浅，后悔！

-----  
不咋地！不实用！

-----  
精油精油~

-----  
一般

-----  
坑爹的书 书里讲的很麻烦 并且大部分是为李静的美容产品做宣传

-----  
一般 不如女神进化论专栏写的科学具体系统

-----  
就还好 比较基础 适合入门

-----  
呵

-----  
比起一般的美妆书，算是有节操的了，想要护肤，真是一点也不能懒，变美是要看决心滴，按摩才能拥有更好的效果

-----  
[美丽俏佳人\\_下载链接1](#)

## 书评

我算是看起来很女权主义的那种人。很多文章都彰显对女性的同情和对男性的批判以外，而在论坛或者群里，当遇到关于男女平等的论题时，也是极力为女性争辩。也因此，在我周围，除了深受我这张比较迷人的脸蛋所吸引的男性朋友一边笑一边容忍我对他们的无情鞭挞以外，更多...

-----  
五月风筝2011-08-26 17:29:19

我算是看起来很女权主义的那种人。很多文章都彰显对女性的同情和对男性的批判以外，而在论坛或者群里，当遇到关于男女平等的论题时，也是极力为女性争辩。也因此，在我周围，除了深受我这张比较迷人的脸蛋所吸引的男性朋友一边笑一边容忍我对他们...  
...

-----  
[美丽俏佳人\\_下载链接1](#)