

氧气就能让你瘦



[氧气就能让你瘦_下载链接1](#)

著者:(韩)黄智贤//郑庆//金素延|译者

出版者:广西科技

出版时间:2011-8

装帧:

isbn:9787807636311

什么?!没搞错吧?!我们身边无处不在的氧气居然能减肥!翻开《氧气就能让你瘦》,你会惊奇的发现:那些五花八门,天花乱坠的减肥方法,不管通过吃减肥药还是做各种运动,

如果真的让你减掉了一些肥肉，其实都是靠氧气在发生作用哦，但那些让你为了减肥猛掏腰包的商家是死也不会告诉你这个真相的！

氧气减肥是神马？就是利用人身体里的氧气分解并排出体内的排泄物和多余脂肪，比如游离脂肪酸等，与此同时，帮助我们减少身体里过多的活性氧气，防止身体器官过早氧化，保持身体健康，清新闪亮。

《氧气就能让你瘦》里氧气瘦身大法，让你不仅能够科学改善你那些不良的饮食习惯，更能达到可灵可利儿的终极瘦身目的。

在你的人生备忘录中永远加上这一条吧：氧气才真正是全世界最不花钱、最有效、最无副作用、最科学、最不反弹的减肥药！是你瘦身途中唯一的救命稻草！

作者介绍：

黄智贤（专业医师、肥胖中心院长）：毕业于韩国梨花女子大学家庭医药学专业，拥有IBCS国际美容整容协会认证的资格证书。国际认证的专业医师，LUNA诊所院长，是韩国国内最先引进肥胖治疗中心的第一批专业医生。被评选为当代最优秀的肥胖治疗中心院长之一。

郑庆（食品营养师、食品公司CEO）：毕业于韩国诚信女子大学，食品营养学。现担任韩国HOWEL食品有限公司CEO一职。

金素妍（超级模特、模特培训教授）：毕业于韩国中央大学表演专业。1995年韩国超模大赛冠军。之后活跃在韩国多个领域。现担任韩国放送委员会模特培育部门专门教授一职。对所有能让身体变得健康、美丽的小方法非常关心。拥有普拉提、瑜伽教师资格证，以及模特培训资格证。

目录：第一章 减肥是场血泪苦战？NO！难道减肥是一种令人迷恋的事业
垃圾食品带来的食欲刺激和诱惑
电视呀，电视~请你告诉我，谁是这个世界上最苗条的人啊
徒有其表的减肥中心却让人减肥成瘾
了结我减肥之路的终极杀手——难不成是吸脂手术这家伙 但，还是应该减肥的理由
能控制食欲，才是王道 减肥上瘾测试密法第二章 氧气瘦身，氧气难道是用来吃的么？
放开吃，也能马上减肥 稍微动一下，肥肉就会刷刷地往下掉哦第三章
向自虐自残自己饿自己的减肥时代，SAY GOODBYE！
让身体返老还童的抗氧化物质的神奇力量第四章
氧气瘦身大法——为了没有赘肉的绝佳身材
开动重启键，让我们的身体重新恢复活力的——氧气瘦身大法 仅仅是靠走路就可以减肥
实用主义者+简约风尚+甜美体验的氧气瘦身大法第五章 减肥时，皮肤管理这样做
从减肥历练中得到的美颜圣经 为什么“魔鬼身材”和“天使童颜”水火不容呢？
你的紫外线防护做了几层？喝“好”水就能重新找回美丽肌肤
三温暖时，一定要做的事 运动之后的皮肤保养，至少要做到……第六章
我们用氧气，成功减肥啦！不纠结，不忌口，享受美食+减肥，要啥啥有！
向反弹，说再见！不，是永远不见
英雄的母亲，鸡肋的身材~我要涅槃，我要重生~S型美感曲线，请你回来
胖到怎么不堪，才需要减肥？
氧气瘦身大法，你要时刻牵挂在心的那点事儿~氧气瘦身大法的5大绝对法则
• • • • • [\(收起\)](#)

[氧气就能让你瘦_下载链接1](#)

