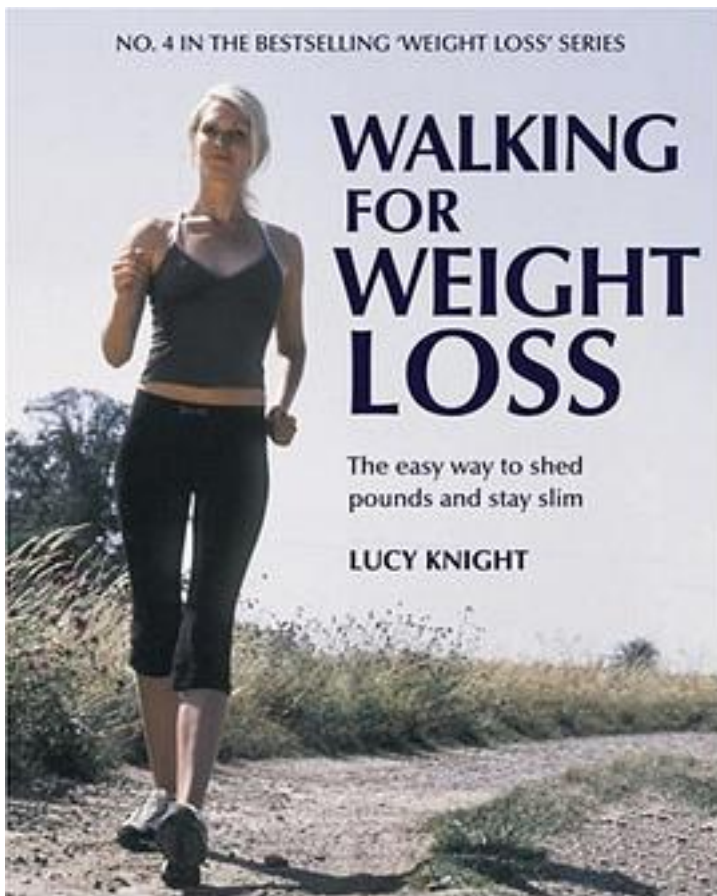


waling for Weight-loss



[waling for Weight-loss_ 下载链接1](#)

著者:Lucy Knight

出版者:Barnes & Noble

出版时间:2007

装帧:Paperback

isbn:9780760786673

本书是教会大家如何保持并且完善我们行走这一天赋本能。看似简单的行走，只要掌握了正确的方法，就可以治病、强身、健体，甚至减肥、美容！当然，爱美的女士和被肥胖困扰的朋友，一样可以从本书中学到一项简单新颖的减肥妙方——走路。书中针对不同部位的肥胖，介绍了多种行走减肥的秘诀，不必再去和各种各样的减肥药作斗争，只

要行走，就能解决困扰。

作者介绍:

目录:

[waling for Weight-loss_ 下载链接1](#)

标签

行走

英文原版

减肥

健身

评论

[waling for Weight-loss_ 下载链接1](#)

书评

[waling for Weight-loss_ 下载链接1](#)