

<<排毒让你更美丽>>

图书基本信息

书名：<<排毒让你更美丽>>

13位ISBN编号：9787122055026

10位ISBN编号：7122055027

出版时间：2009-8

出版时间：化学工业

作者：朵琳出版组织编写

页数：108

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<排毒让你更美丽>>

内容概要

不管怎么都瘦不下来？
已经好久没有大便了？
夜里翻来覆去睡不着？
用再多保养品肌肤依旧糟糕得不行？
常常觉得疲倦心情沮丧？
不要怀疑！

这些不适 症状也许都是“毒素”所引起的！

本书精选排毒美容保健高招：头皮净化、淋巴按摩、刮痧排毒、神奇汤匙塑形、功能瑜伽……组成告别“毒”女人的绝世武功秘籍。

特别企划汉方泡澡植物药材大公开、帮助排出毒素蔬果TOP10，附赠“9种果汁+20道美味”制作食谱，以及排毒精油全讲解。

超神奇的排毒经验法则分享，赶快加入百分百自信元气美人养成班吧！

<<排毒让你更美丽>>

书籍目录

排毒決勝點 + 健康零缺點 “ 百分百自信元氣美人 ” 養成班不思議！

超神奇的DETOX經驗法則分享排毒哲學一日三次便輕盈似神仙早晨 + 上午 + 睡前 體內解毒力up up！

Detox Test排毒方式千百種，到底你適合“喝”還是適合“動”？

体内排毒净化后的健康面面观最适合你的解毒方式到底是什么?编辑部精选排毒体验心得报告健康烦恼Top7 不能瘦的秘密告诉你怎样才真正瘦得了!!生命之源+美丽之钥带你认识水的重要性讓你手舞足蹈的DIY舒活按摩樂揮別文明疾病 就從淨化淋巴管開始Detoxication = Beauty + Healthy素人排毒心得報告大公開?體驗談分享Detox Massage每天三餐搭配簡單的排毒按摩，讓排便更順暢、心情變更好！

不同way的排毒方式就是要让你更健康脸部排毒+刮痧按摩+头皮净化+神奇汤匙+运动塑身+泡澡乐活按摩排毒+脸部提拉=年轻10岁在家就能轻松搞定的魔幻做脸手法基本必做的5种刮痧技巧5种甩开负担让身体好轻盈的刮痧技巧彻底公开美容专家亲身示范,一定要学会超惊人好神奇的7款汤匙排毒法随时随地想到就做,从头到脚都适用!脸部+眼唇+肩脖+手臂+腰腹、臀部+足部简单上手十明显效果Exercise Up加强新陈代谢健康活力满分One More!Two More!简易运动伸展操 舒展四肢及筋骨美容新奇报你知神奇泡澡排毒春夏秋冬汉方植物药材大公开彻底排出体内毒素鲜食蔬菜食材TOP 10轻松就能掌握自己的窈窕身段每日进食就能重返年轻健康态9种新鲜果汁+20道美味蔬食自己在家动手做 健康排毒又长寿現代文明症的排毒破解1日5分鐘：瑜伽健身+精油療癒絕對不能錯過的健康之道

<<排毒让你更美丽>>

编辑推荐

排毒决胜点+健康零缺点，“百分百自信元气美人”养成班，不可思议！
超神奇的DETOX经验法则分享，TOP7不能瘦的秘密，告诉你怎样才真正“瘦”得了！
按摩排毒专脸部提拉=年轻10岁，在家就能轻松搞定的魔幻做脸手法，美容新奇报你知：神奇泡澡排毒，春夏秋冬汉方植物药材大公开。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>