

<<瑜伽与饮食>>

图书基本信息

书名：<<瑜伽与饮食>>

13位ISBN编号：9787501948000

10位ISBN编号：7501948003

出版时间：2005-4

出版时间：中国轻工业出版社

作者：林敏

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>

<<瑜伽与饮食>>

内容概要

《瑜伽与饮食》主要内容有：瑜伽和饮食虽然是两个概念,但它们一样都有博大精深的文化。

《瑜伽与饮食》并不是只适合瑜伽练习者来阅读,任何人可以通过书中对瑜伽,饮食的独特观点,来对瑜伽和瑜伽饮食做一些基本的了解。

我写作此书也不是想试图说服和强迫任何人一定要马上改变现有的饮食习惯,只是想传达一种观点;瑜伽是健康的,瑜伽饮食也不例外,不管你有没有练习瑜伽,你都可以尝试着做一下书中的瑜伽菜谱,相信总有一些是你喜欢的。

<<瑜伽与饮食>>

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>