第一图书网, tushu007.com

<<爱美女生的第一本英文书>>

图书基本信息

书名：<<爱美女生的第一本英文书>>

13位ISBN编号：9787506461061

10位ISBN编号：7506461064

出版时间：2010-2

出版时间：中国纺织出版社

作者：刘萍

页数：271

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

前言

爱美的女生们，你还抱着那本厚厚的英文词典、枯燥的语法书，在头悬梁、锥刺股吗？
还是别把学习弄得像做苦役吧！
现在，你不妨找个舒适的地方坐下来，泡上一杯茶，和编者一起进行一场美丽之旅。
在这个旅途中，你会学习到多种美容知识，但这还不是最大的收获。
最大的收获是：你在学习美丽的过程中，学到了地地道道的英文！
本书涉及爱美女生最关注的几个话题，以阅读的形式展开，中英文对照。
所选文章地道优美，涵盖美丽的方方面面，每篇文章后不仅有疑难和重点单词的注解与例句，而且有趣味的英语测试，重实用性、趣味性、知识性。
相信读者在学到美容知识的同时，也能学到地道的英文。
学习英文不再辛苦，这绝对不是一个梦。
《爱美女生的第一本英文书》，让梦想变成现实。

内容概要

爱美的女生们，你还抱着那本厚厚的英文词典、枯燥的语法书，在头悬梁、股刺锥吗?还是别把学习整得像做苦役吧。
现在，你不妨找个舒适的地方做下来，泡上一杯茶，和编者一起来进行一场美丽之旅。

书籍目录

PART Ⅰ 护肤达人skincal 冰雪肌肤，“肤”复何求 认识自己的皮肤 日常护肤，你做对了吗 焕肤魔法 防晒SPF越高越好吗 抗皱防衰从“小”开始 容颜易老，细心呵护 “吃”情女子最美丽 饮食对皮肤的影响 令皮肤焕发光彩的食物 红灯闪闪请绕行 七个美丽的误区PART Ⅱ 美体诺曼底weight loss 先给思想瘦身 如何消灭所有的借口 抽空儿锻炼并不难 美体课堂 塑身有道之饮食 塑身有道之运动 成功节食的策略(一) 成功节食的策略(二) 水之秀(一) 水之秀(二) 瘦不下来有原因 什么让你越吃越想吃 减肥，减肥，减了又肥 魔鬼身材，随时随地 打造“生活健身馆”，让身体动起来 你会“走路”吗 七大最有效的减肥运动(一) 七大最有效的减肥运动(二) “求瘦心切”误区 女生减肥的六个误区PART Ⅲ 细节美女details 别让头发泄露了你的秘密 请关注头发的“表情” 牙齿 你会刷牙吗 指甲 美丽，别遗忘了指甲 “装”出优雅女人 不同颜色传递的信号 时尚又舒适的七条穿衣方案结束语：人的美丽究竟是什么

章节摘录

1.protect yourself from the sun The most important way to take care of your skin is to protect it from the sun.Ultraviolet light-the invisible but intense rays from the sun——damages your skincausing deep wrinkles，dry，rough skin，liver spots，and more serious disorders，such as noncancerous（非癌的）（benign良性的）and cancerous（癌的）（malignant恶性的）skin tumors（肿瘤）.In fact，most of the changes seen in aging skin are actually caused by a lifetime of sun exposure. For the most complete sun protection，use all three of these methods： Avoid the sun during high-intensity hours.The sun's rays are most damaging from 10 a.m.to 4 P.m.Reduce the time you spend out doom during these hours.Wear protective clothing.Cover your skin with clothing，such as long·sleeved shirts，long pants and wide-brimmed hats.Also，keep in mind that certain clothingstyles and fabrics offer better protection from the sun than do others.For example，long-sleeved shirts offer better protection than short-sleeved shirts do.And tightlywoven fabrics such as denim are better than are loosely woven fabrics such as knit.Several companies now make Sun Protective Clothing（SPF Clothing），which is spe-cifically designed to block-out.rultraviolet rays while keeping you cool and comfortable.Use sunscreen.Choose a broad·spectrum sunscreen with a Sun Protection Fac.tor（SPF）greater than 15.Apply liberally 20 minutes before going outdoors and re-apply every two hours，after heavy sweating or after being in water.……

编辑推荐

你将会学习到N多的美容知识。
但这还不是最大的收获。
你最大的收获是：在学习美丽自己的过程中，学到了地地道道的英文！
学习也会让你变的更美丽　　《爱美女生的第一本英文书》：双色板实用英语经典读物

第一图书网, tushu007.com

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