第一图书网, tushu007.com

<<孕妇产后美丽手册>>

图书基本信息

书名：<<孕妇产后美丽手册>>

13位ISBN编号：9787538419351

10位ISBN编号：7538419357

出版时间：2003-1-1

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：朱爱娥

页数：366

字数：320000

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

内容概要

当您生完宝宝后，身体真的需要格外的呵护。
为此，我们将此书奉献给产后的朋友。
《孕妇产后美丽手册》是一本相当及时、到位、重要的书，它围绕产后美丽这个中心，进行不同侧重点的说明，依照运用，它能教您科学“坐月子”，在获得健康身体的同时，还能拥有苗条身材和美丽的容颜。
本书实用性强，具有现查现用，条理清晰，语言简洁等特点，相信您会爱不释手，受益匪浅。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

第一章 变化与恢复
第二章 运动与锻炼
第三章 减肥与保健
第四章 化妆与美容
第五章 服饰与打扮
第六章 饮食理与营养
第七章 疾病与防护
第八章 生活与料理

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