第一图书网, tushu007.com

<<家庭按摩一看就会>>

图书基本信息

书名：<<家庭按摩一看就会>>

13位ISBN编号：9787538452761

10位ISBN编号：7538452761

出版时间：2011-6

出版时间：吉林科技

作者：石晶明

页数：155

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

按摩疗法不仅安全，无不良反应，而且简便易行，效果显著，尤其适合普通家庭。
通过简单的动作，在为家庭成员带来健康的同时，还可以增加家庭的欢乐气氛，使家庭和睦。

《家庭按摩一看就会》由石晶明编著，依据家庭成员中各群体的健康需求，介绍了多种常见病的按摩治疗方法，并针对中老年、上班族、男性、女性、小儿等特殊群体，提供了科学的按摩保健方案。

图文并茂的讲解，使你即便没有任何按摩基础，也能一看就懂，一学就会。
在为你和家人带来健康的同时，也将带给你一次身心愉悦的体验。

第一图书网, tushu007.com

<<家庭按摩一看就会>>

书籍目录

第一章 一人学按摩 全家保健康
第二章 为老爸老妈做按摩
第三章 给宝宝做按摩
第四章 夫妻按摩
第五章 上班族的自我保健按摩
第六章 家庭常见病的按摩
附录1：家庭日常按摩
附录2：人体常用穴位速查表

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