

<<你是真胖子？ 还是假瘦子>>

图书基本信息

书名：<<你是真胖子？
还是假瘦子>>

13位ISBN编号：9787544337540

10位ISBN编号：7544337545

出版时间：2011-5

出版时间：海南出版社

作者：薇薇安

页数：131

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>

<<你是真胖子？ 还是假瘦子>>

内容概要

你是真胖子？

还是假瘦子？

真胖子就是一直胖、一直减，却一直瘦不下来的辛酸人……假瘦子就是曾经瘦过、又再复胖，然后再减肥、一再循环的暂时性假瘦子……如果……你减肥多次，也曾经瘦过几公斤，却总是快速复胖；你一生都在减肥，什么方法都试过，但还是无法变成超级瘦子（纸片人）；你常认真减肥，却在几天后嘴馋破功，功亏一篑；你身边地瘦子朋友都无止境地吃喝，你却吃一点点就胖，喝水就肿；别人说的有效的方法你都试过，但在你身上却丝毫没有有任何效果……如果……你心中曾经有上面这些疑惑，你应该要看这本书！

助你成为桃花多、人缘佳、心情好的开心瘦子！

“咏不复胖的减肥法”、“雕塑体态的局部瘦身”、“瘦身问题Q与A”等单元丰富实用，薇薇安亲身经验全记录，告诉你各式各样的减重方法，哪些才是最有效也最健康的！

生命密码+减肥风水深刻解析肥胖神钮学，协助你找出肥胖基因，让你找对方向、用对方法，就是要瘦瘦瘦。

“减肥咒”加持，给你力量、信心满分！

日用减肥咒“太阳”、夜用减肥咒“成功”，引导你用健康、愉快的方法瘦身，且增强你的行动力、意志力、耐力，让你瘦身必成，减肥必胜！

<<你是真胖子？ 还是假瘦子>

作者简介

薇薇安，台湾时尚占星教主，精通一针见血的星座解读，另类独特的写作风格，擅长解决两性、爱情和人际、职场EQ等问题，口才流畅、见解独到。活跃于两岸三地各大媒体，是最美丽的畅销书作家，也是各大企业、活动最广为喜爱邀约的对象，星座天后地位无人能及！今年瘦身成功后，成功塑造减肥达人形象，更另添瘦身教主之响亮名号。

著有《薇薇安谈星座爱情》《爱情魔法必胜班》等近四十本星座著作。

<<你是真胖子？ 还是假瘦子>>

书籍目录

从圆圆胖胖的肥肥安到窈窕轻瘦的薇薇安

永不复胖减肥饮食法

永不复胖的好习惯养成法

瘦子体质养成篇

明星艺人爱用减肥法

超实用“食物卡路里热量表”

局部减肥雕塑

瘦身问题Q&A

生命密码看减肥

好运旺旺，美丽开桃花

<<你是真胖子？ 还是假瘦子>

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>