

<<增强免疫按摩操>>

图书基本信息

书名：<<增强免疫按摩操>>

13位ISBN编号：9787806469446

10位ISBN编号：7806469443

出版时间：2006-5

出版时间：上海文化出版社

作者：葛苓,周睿,王翡

页数：47

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>

<<增强免疫按摩操>>

内容概要

现代美眉大多努力为将来打拼，工作的日益繁忙，工作节奏的日益加快，让美人儿滋生了不少的小烦恼，也带来了不少的身体疼痛，比如头晕眼花、肩颈酸痛、腰背酸痛、手臂酸痛、腿脚酸痛等等，一系列的身体疼痛时刻困扰着当代女性。

难道就任由这样的情形持续下去，除了忍受就别无他法吗？

抗衰老“点穴”大集合、指压按摩、局部按摩、新奇按摩……简简单单就能拒绝压力，给心灵减负，给身体加油，《增强免疫按摩操》就是你工作以外的贴心好拍档。

<<增强免疫按摩操>>

书籍目录

第一篇 指压按摩，克服全方位疲劳抗衰老“点穴”大集合产后增强体质按摩操动手弯腰，消除会议疲劳健康双保险，与好友一起做保养
第二篇 局部按摩，让身体自然舒展眼睛按摩脸部及头部按摩颈部按摩肩膀按摩手臂按摩腰部按摩腿部按摩膝盖按摩足部按摩
第三篇 新奇按摩，对抗小病痛威胁消除走路疲劳告别贫血指压术解除便秘按摩

<<增强免疫按摩操>>

编辑推荐

现代美眉大多努力为将来打拼，工作的日益繁忙，工作节奏的日益加快，让美人儿滋生了不少的小烦恼，也带来了不少的身体疼痛，比如头晕眼花、肩颈酸痛、腰背酸痛、手臂酸痛、腿脚酸痛等等，一系列的身体疼痛时刻困扰着当代女性。

难道就任由这样的情形持续下去，除了忍受就别无他法吗？

抗衰老“点穴”大集合、指压按摩、局部按摩、新奇按摩……简简单单就能拒绝压力，给心灵减负，给身体加油，本书就是你工作以外的贴心好拍档。

<<增强免疫按摩操>>

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>