第一图书网, tushu007.com

<<琉球人的长寿秘诀>>

图书基本信息

书名：<<琉球人的长寿秘诀>>

13位ISBN编号：9789570826746

10位ISBN编号：9570826746

出版时间：2004-1

出版时间：7-09999

作者：本社

页数：492

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

<<琉球人的长寿秘诀>>

内容概要

琉球人的長壽秘訣，ISBN：9789570826746，作者：本社

第一图书网, tushu007.com

<<琉球人的长寿秘诀>>

书籍目录

译序
誌谢
前言
第一章　琉球——真正的香格里拉
第二章　二十五年的研究
第三章　世界上最健康的饮食
第四章　以琉球方式来吃
第五章　琉球有療效的植物和食物
第六章　苗條和合宜
第七章　治癒心靈
第八章　琉球时间：生活作息、壓力和老化
第九章　有效的支技綱
第十章　四周运到恆久健康
第十一章　恆久健康是你能理解掌握的
第十二章　琉球秘诀食谱
附录　附加资讯

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