第一图书网, tushu007.com

<<美人SPA瑜伽>>

图书基本信息

书名：<<美人SPA瑜伽>>

13位ISBN编号：9789575656737

10位ISBN编号：9575656733

出版时间：20050411

出版时间：台視文化

作者：陳玉芬

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

現代OL要忙於工作又要顧及家庭——趕時間、擠公車捷運、做家事、應酬.....長期的身心透支，不知不覺中，美麗不見了、各種痠痛出現了，還容易陷入的情緒漩渦中。
當健康與美麗紛紛亮起紅燈，OL開始透過各種方式來舒解身心、重拾美麗＆健康，於是各類健身俱樂部當紅、水療SPA更當道。

本書即是結合瑜伽＆SPA，再適度佐以香草薰香、精油、飲料、按摩，達到舒壓解疲防疾，重拾身心的美麗。

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