

<<窈窕身材，從健康脊椎開始 - 陸文灝>>

图书基本信息

书名：<<窈窕身材，從健康脊椎開始 - 陸文灝脊椎美形>>

13位ISBN编号：9789576799662

10位ISBN编号：957679966X

出版时间：2005年05月24日

出版时间：方智

作者：陸文灝

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>

内容概要

## 作者簡介

陸文灝Irene Lin

強力適能瑜伽創始人，現為陸文灝強力適能瑜伽教室負責人。

長期在美國及台灣從事體適能、有氧運動、瑜伽等教學活動，並負責師資培訓，曾擔任美國華府多位眾議員、演藝人員、律師、新聞界以及各界專業人士的個別訓練教練。

專業認證包括：美國有氧運動協會（ACE）金牌認證合格「個別訓練教練」「有氧運動教練」第五級、美國YMCA認證合格體適能教練，為現在國內認證等級最高的專業體適能、有氧、瑜伽教練。

著有：《健康，美麗自然來》《健康魔法書》。

陸文灝瑜伽教室網址：[www.pfyoga.com.tw](http://www.pfyoga.com.tw)

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>