

<<健康生機果菜汁>>

图书基本信息

书名：<<健康生機果菜汁>>

13位ISBN编号：9789867524447

10位ISBN编号：9867524446

出版时间：2004年11月15日

出版时间：咖啡田

作者：許一凡

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>

<<健康生機果菜汁>>

内容概要

飲食習慣的不規則和營養攝取不均衡，都會導致疾病發生。
這時，果菜汁保健康的新觀念就應運而生。

植物是天然的解毒劑，蔬果中的酵素成分非常多，對體內脂肪和黑色素有很好的分解作用，多食用新鮮蔬菜和水果，尤其是飲用保存純天然活性成分和維他命的新鮮果菜汁，對我們身體健康非常有益。

<<健康生機果菜汁>>

書籍目錄

方法篇---一杯果菜汁保健康
重新認識飲食生活 / 新鮮果蔬是天然的材料
恢復篇---不可思議的力量
改善生活獲得健康身體 / 回歸自然 / 學會維護自身健康
調整身體機能的果菜汁 / 四季飲食療法
美容篇---喝果菜汁做健康美人
健康是美麗的根本
成人病篇---幫助改善體質的果菜汁
鮮果菜汁，未雨綢繆 / 正視自己的健康狀況 / 有效預防多種成人病

<<健康生機果菜汁>>

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>