

<<爱优微.O2生活（全24册）>>

图书基本信息

书名：<<爱优微.O2生活（全24册）>>

13位ISBN编号：9787040351330

10位ISBN编号：7040351331

出版时间：2012-5

出版时间：高等教育出版社

作者：《爱优微·O2生活》编委会 编

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>

<<爱优微.O2生活（全24册）>>

内容概要

<<爱优微.O2生活（全24册）>>

作者简介

书籍目录

《穴位按摩》目录：绪论 穴位何以成为人体“大药” 经络，连接穴位的纽带 穴位，疏通经络的机关
Part1第一部分 自学“穴位疗法” 熟悉穴位 简易穴位刺激法 Part2第二部分 最有效的四十一个祛病穴 头
面部要穴 风府穴 风池穴 攒竹穴 承泣穴 迎香穴 下关穴 天柱穴 翳风穴 颊车穴 丝竹空穴 颈胸腹部要穴
膻中穴 中腕穴 中府穴 天突穴 巨阙穴 关元穴 期门穴 天枢穴 气海穴 风池穴 攒竹穴 承泣穴 迎香穴 下关
穴 天柱穴 翳风穴 颊车穴 丝竹空穴 颈胸腹部要穴 膻中穴 中腕穴 中府穴 天突穴 巨阙穴 关元穴 期门穴
天枢穴 气海穴 背腰臀部要穴 风门穴 大椎穴 命门穴 肾俞穴 天宗穴 心俞穴 胃俞穴 膈俞穴 上肢要穴 后
溪穴 鱼际穴 中渚穴 合谷穴 太渊穴 列缺穴 尺泽穴 阳池穴 下肢要穴 丰隆穴 Part3第三部分 最有效
的二十个保健穴 《手足耳按摩》《亚健康按摩》《敲打通经络》《拨罐》《全息经络刮痧》
《美容刮痧》《观手知健康》《从头到脚的健康信号》《不生病的生活方式》《瘦身瑜伽》《减压
瑜伽》《排毒瑜伽》《优雅瑜伽》《美家花草》《纯天然面膜》《美白保湿面膜》《28天美肤计划
》《本草纲目养生堂》《本草纲目美容方》《24节气顺时养生》《养生中草药》《食物营养排符》
《食物相克》

章节摘录

版权页： 插图：

<<爱优微.O2生活（全24册）>>

编辑推荐

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>