

<<绝对瘦子>>

图书基本信息

书名：<<绝对瘦子>>

13位ISBN编号：9787500917137

10位ISBN编号：7500917139

出版时间：1999-6

出版时间：人民体育出版社

作者：江佩贞 编

页数：147

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>

## <<绝对瘦子>>

### 内容概要

本书系在台湾流行甚广、特受欢迎的健美减肥妙方大全，它几乎搜集了与此有关的一切信息，其中每一条信息都分门别类地为那些爱美心切者，尤其是妙龄少女们提供了简易可行，生动有趣的方法。故冠以“绝对”二字，意在“减肥健美，绝对有效”。

## <<绝对瘦子>>

### 书籍目录

绝对瘦子的想法  
是谁想减肥？

胖妹妹是你吗？

胖妹妹身材的四大类型

告别肥胖的各式绝招

轻松燃烧卡路里的生活习惯

胖妹妹减肥生活公约

拒绝20个非常错误的减肥讯息

动一动，不瘦也难的超级变身法

你吃了多少卡路里？

生活减肥操

瘦美人日记簿

<<绝对瘦子>>

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>