

<<俏丽佳人10日变>>

图书基本信息

书名：<<俏丽佳人10日变>>

13位ISBN编号：9787501943463

10位ISBN编号：750194346X

出版时间：2004-6-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：永田孝行,樊颖

页数：95

字数：86000

译者：樊颖

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>

## <<俏丽佳人10日变>>

### 内容概要

本书介绍了瘦身方法，对希望变瘦的部位进行简单的按摩，并配合被称为Body-vibration的运动。每日做2次，每次10分钟，轻松愉快，你也能拥有好身材，好肌肤。

<<俏丽佳人10日变>>

书籍目录

前奏：10days重点瘦身法瘦腰按摩法完美大腿按摩法提升臀部按摩法纤细小腿按摩法 紧致双臂按摩法  
消除双下巴按摩法 瘦脸按摩法 身体震动体操

<<俏丽佳人10日变>>

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>