

<<家庭穴位按摩>>

图书基本信息

书名：<<家庭穴位按摩>>

13位ISBN编号：9787538457643

10位ISBN编号：753845764X

出版时间：2012-6

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：邱淑惠

页数：159

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>

<<家庭穴位按摩>>

内容概要

我们虽然明白了穴位的功效，但是不是会觉得难以精确地找到穴位，以及正确地按压穴位呢？这些穴位大部分位于骨头旁边，骨头之间或者骨头的根部等位置，我们只要以骨骼为基准，查找穴位就会变得非常简单。

在邱淑惠编著的《家庭穴位按摩》中所要按摩的穴位，就像X光片似的通透清晰，它采用最新的骨骼技法，无论是谁，都能通过“正确查找”，“准确按压”的指导方法进行按摩，是简单正确地进行穴位按摩的具有决定意义的版本。

本书介绍了各种症状的按摩穴位，像缓解浑身酸痛、疲劳和疼痛的穴位，美容穴位，瘦身穴位，睡眠穴位，控制体寒，浮肿以及焦虑的穴位等。

<<家庭穴位按摩>>

书籍目录

- 第1章 美容穴位
- 第2章 消除疲劳和酸痛僵硬的有效穴位
- 第3章 消除疼痛的穴位
- 第4章 减肥穴位
- 第5章 使面部变小的穴位
- 第6章 消除女性烦恼的穴位
- 第7章 治疗经常感到不舒服的穴位

<<家庭穴位按摩>>

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>