

<<28天美丽出击>>

图书基本信息

书名：<<28天美丽出击>>

13位ISBN编号：9787801877604

10位ISBN编号：7801877608

出版时间：2005-10

出版时间：新世界出版社

作者：李京映

译者：吕葳

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>

## <<28天美丽出击>>

### 内容概要

本书介绍了三大瘦身疗法，即消除体内废物的清静食疗法、消除容易增长脂肪的运动修正疗法和减少体内脂肪的运动疗法。

书中为大家制定了具体的减肥计划，包括如何饮食、如何运动、应该以何种心态面对每天的瘦身任务。

<<28天美丽出击>>

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>