

<<女子优雅学堂（上）>>

图书基本信息

书名：<<女子优雅学堂（上）>>

13位ISBN编号：9787807287070

10位ISBN编号：7807287071

出版时间：2007-11

出版时间：广东经济出版社有限公

作者：林秋彤

页数：99

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>

## <<女子优雅学堂（上）>>

### 内容概要

《女子优雅学堂》(上册)将日常生活中的各种仪态姿势通过精美详细的图片表述,以通俗易懂的方式传达优雅的信息,且配搭专门针对东方女性的形体的方法,对渴望拥有高贵气质、优雅仪态的女性朋友来说,是一套非常简单、实用的仪态教程。

## <<女子优雅学堂（上）>>

### 作者简介

林秋彤，2006国际旅游小姐广东赛区形体、仪态培训导师；第二、第三届“白领之星”形体、仪态培训导师。

培训的部分企业：爱立信公司、日立公司、中国银行、华夏银行、“芳华十八”女子乐队、中意保险公司、信诚保险公司、平安保险公司、玫琳凯公司、安利公司、陆军总医院、中山医科大学、广州代工集团、起航区女企业家商会、开平市委组织部。

<<女子优雅学堂（上）>>

书籍目录

魅力女性的表情 1 让你的眼神灵动起来 2 如何练出迷人的微笑 生活中的雅姿美态 1 拿包的优美姿态 2 照相时如何更上镜 3 穿泳衣如何展现迷人体态 举手投足的风情 1 入得厨房，出得厅堂——接见客人时的仪态 2 善用肢体语言——魅力女性的秘密武器 别让细节破坏你的优雅形象 1 捡东西的姿态 2 鞠躬时的姿态 3 上下楼梯的优雅仪态 4 进出小车的优雅姿态 5 挥手的姿态 6 鼓掌的姿态 7 握手礼仪 8 进餐的仪态 9 拿酒杯的姿态 面试的仪态 1 好的开始是成功的一半 2 见面礼仪 3 有朝气、自信的步态 4 握手 5 坐的仪态 6 手势 7 视线 8 微笑 9 告别礼仪 美丽新娘姿态 1 优美挺拔的站姿 2 轻盈优雅的新娘步态 3 人比花娇——如何手捧花球、花束 4 鞠躬时也要展示你的优美曲线 5 “掀起你的盖头来”——浪漫的掀头纱姿势 6 优雅的脱手套方法 7 戴戒指——如何展示你的纤纤玉手 8 留下记忆中的亲吻 9 甜蜜优雅的切蛋糕姿势 10 转身回眸——如何回眸一笑百媚生 11 如何留下美丽的倩影 12 美丽新娘饮酒的注意事项 后记 你也可以做到

<<女子优雅学堂（上）>>

章节摘录

插图

<<女子优雅学堂（上）>>

编辑推荐

《女子优雅学堂》(下册)最适合东方女性的美体方法，通过改变生活小细节，使你拥有开启优雅之门的钥匙。

优雅是女人最昂贵的品牌，它代表她的心灵之窗与智慧之房。

<<女子优雅学堂（上）>>

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>