

<<琉球人的长寿秘诀>>

图书基本信息

书名：<<琉球人的长寿秘诀>>

13位ISBN编号：9789570826746

10位ISBN编号：9570826746

出版时间：2004-1

出版时间：7-09999

作者：本社

页数：492

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>

<<琉球人的长寿秘诀>>

内容概要

琉球人的長壽秘訣，ISBN：9789570826746，作者：本社

<<琉球人的长寿秘诀>>

书籍目录

- 译序
- 誌谢
- 前言
- 第一章 琉球——真正的香格里拉
- 第二章 二十五年的研究
- 第三章 世界上最健康的饮食
- 第四章 以琉球方式来吃
- 第五章 琉球有療效的植物和食物
- 第六章 苗條和合宜
- 第七章 治癒心靈
- 第八章 琉球时间：生活作息、壓力和老化
- 第九章 有效的支技網
- 第十章 四周运到恆久健康
- 第十一章 恆久健康是你能理解掌握的
- 第十二章 琉球秘诀食谱
- 附录 附加资讯

<<琉球人的长寿秘诀>>

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>