

# 《老爸老妈健康长寿经大全集》

## 图书基本信息

书名：《老爸老妈健康长寿经大全集》

出版时间：2012-1

作者：田元祥 编

页数：213

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《老爸老妈健康长寿经大全集》

## 内容概要

《老爸老妈健康长寿经大全集(专家指导版)》是一本献给广大中老年人的实用长寿保健指南。《老爸老妈健康长寿经大全集(专家指导版)》根据新的医学模式和健康理念，结合中老年人的身心特点，从生理、心理等方面向读者介绍了实用的长寿保健方，所提及的养生保健措施对中老年人具有很强的针对性、实用性；书中吸取了多部养生经典的精华，既有专题的系统介绍，又有实用保健的小常识，信息量庞大，具有使读者知其所以然的广度和深度。《老爸老妈健康长寿经大全集(专家指导版)》突出一个“用”字，没有深奥的文字，没有空泛的道理，只要学会自我分析和长期不懈地坚持，会提高身体机能，达到延年益寿的目的。

# 《老爸老妈健康长寿经大全集》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)