

# 《女性自助保健枕边书》

## 图书基本信息

书名：《女性自助保健枕边书》

13位ISBN编号：9787501963171

10位ISBN编号：7501963177

出版时间：2008-4

作者：常雅姣 编

页数：168

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)

# 《女性自助保健枕边书》

## 内容概要

《女性自助保健枕边书》主要针对25岁以上女性介绍如何运用饮食、按摩、运动来保护自己的身心、提高自身活力，让青春永驻。针对头发、面部、胸部、皮肤保养、护理以及亚健康造成的体质、精神方面的不良状态，提出切实可行的改善方法。让你轻轻松松拥有健康的体质和美丽的容颜，由内而外的美丽才是真正的美。

# 《女性自助保健枕边书》

## 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)