

# 《催眠輕鬆讓你邊睡邊瘦(2CD)》

## 图书基本信息

书名：《催眠輕鬆讓你邊睡邊瘦(2CD)》

13位ISBN编号：9789574122684

10位ISBN编号：9574122689

出版时间：2005年02月01日

出版社：超凡

作者：于全興

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)

# 《催眠輕鬆讓你邊睡邊瘦(2CD)》

## 內容概要

- 1.內含CD光碟一張,包括 1.前言2.催眠減重3.安眠 三音軌片長60分鐘,為專業減重醫師暨合格催眠治療師于全興醫師精心設計,不論男女.任何年齡皆適合聆聽,你只須睡前或休息的時候播放,便能擁有很好的減重效果,甚會有減重以外的許多收穫,例如,你會發現你的睡眠狀況也能夠得到改善,身體各種機能也會越來越好。
- 2.催眠減重是以潛意識引導方式,徹底導正不良的生活飲食習慣與過度之食慾,將均衡正確的生活飲食習慣深植於潛意識之中,把對體重控制有負面影響的心理因素加以排除,另加強肥胖者減重之決心與持之以恆的毅力,並給予其自信.正向.與快樂的人生觀,使減重的過程成為一種快樂享受,使能以最健康有效的方式減重,並且能徹底預防減重後的復胖。
- 3.肥胖者多有憂鬱.自卑的心理問題,本催眠有聲書亦能有效改善這些問題。
- 4.催眠減重中也利用潛意識幫助身體自我雕塑,對局部肥胖者亦有很好的效果,能使自信倍增！
- 5.盒內附有催眠減重課程免費體驗卷（ 市值3000元）與身心健康催眠中心1000元催眠諮詢抵用卷。

# 《催眠輕鬆讓你邊睡邊瘦(2CD)》

## 作者簡介

于全興

- 1.光田綜合教學醫院家庭醫學科暨健康催眠減重門診主治醫師
- 2.台灣肥胖醫學會醫師
- 3.中華民國肥胖研究學會醫師
- 4.台灣家庭醫學科專科醫師考試全國第一名
- 5.健康催眠減重塑身課程專任醫師
- 6.身心健康催眠中心負責人
- 7.美國催眠師學會(N.G.H)合格催眠治療師

# 《催眠輕鬆讓你邊睡邊瘦(2CD)》

## 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)