

《30分钟女人健康快车》

图书基本信息

书名：《30分钟女人健康快车》

13位ISBN编号：9787505720596

10位ISBN编号：7505720597

出版时间：2005-1

出版社：中国友谊

作者：[美]曼森

页数：228

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

《30分钟女人健康快车》

内容概要

《30分钟女人健康快车》对女性怎样开始锻炼，怎样坚持锻炼，怎样应用四步计划，怎样利用30分钟的时间以及怎样在繁忙的日程中安排锻炼时间等做了详尽的指导。《30分钟女人健康快车》由中国友谊出版公司出版。

《30分钟女人健康快车》

作者简介

作者：(美国)曼森 (美国)阿曼达 译者：李旭菲 黄学民 杨坤宇

《30分钟女人健康快车》

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