

# 《呼吸按摩法》

## 图书基本信息

书名：《呼吸按摩法》

13位ISBN编号：9789577769565

10位ISBN编号：957776956X

出版社：世茂出版社

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)

# 《呼吸按摩法》

## 內容概要

巧妙配合深呼吸針對正確穴位按摩，不花錢、不費時，美麗養成，酸痛不適bye bye！從頭到腳，由內而外，身心靈煥然一新，自然美麗好心情！辦公室、車廂、浴室或床上，在晨起、飯後或睡前，隨時隨地展開。可以自己一人輕鬆操作，也能和伴侶或親友共同進行，更增親密感。掌握吐氣、吸氣的時機，同時以手按壓、拍打、揉捏、運氣於正確的穴道，就是輕鬆擁有曼妙身材、解除身體酸痛的良方。針對重點部位實施美容按摩法，一舉達成緊實、光潤、苗條的功效；還能緩解眼、耳、頭、肩頸、手腳的酸痛及感冒、消化不良、無精打采等。就從今天開始跟著本書做：提升美麗境界的美容按摩法 雙人共同進行的無上幸福按摩法 解除SOS！對症按摩法 每天都生活愉快的重要按摩法

# 《呼吸按摩法》

## 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)