

《健康超音速》

图书基本信息

书名：《健康超音速》

13位ISBN编号：9787501157501

10位ISBN编号：7501157502

出版时间：2002-8

出版社：新华

作者：(美)比尔·菲利普斯 米切尔·多索

页数：179

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

《健康超音速》

内容概要

本书中收录了很多看了《健康超音速》课程的读者成功减肥的事例，只需每周四小时锻炼，只需一组哑铃配合天然营养，只需要12周时间，而不需要刻意改变你日常的生活节奏，你就能去掉多余的脂肪并且更健康更有型。

《健康超音速》

书籍目录

序言：真实的证明 前言：希望 第一部分：突破 第二部分：跨过深渊 第三部分：辨别谬误和事实 第四部分：体验健康超音速

《健康超音速》

媒体关注与评论

书评本书中收录了很多看了《健康超音速》课程的读者成功减肥的事例，只需每周四小时锻炼，只需一组哑铃配合天然营养，只需要12周时间，而不需要刻意改变你日常的生活节奏，你就能去掉多余的脂肪并且更健康更有型。

《健康超音速》

编辑推荐

本书中收录了很多看了《健康超音速》课程的读者成功减肥的事例，只需每周四小时锻炼，只需一组哑铃配合天然营养，只需要12周时间，而不需要刻意改变你日常的生活节奏，你就能去掉多余的脂肪并且更健康更有型。

《健康超音速》

精彩短评

1、本书介绍的方法简单，但对于中国的在校生不太适用

《健康超音速》

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