

# 《轻松减肥舞(VCD)》

## 图书基本信息

书名：《轻松减肥舞(VCD)》

13位ISBN编号：9787884850860

10位ISBN编号：7884850869

出版社：汕头海洋音像出版社

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)

# 《轻松减肥舞(VCD)》

## 内容概要

到了中年的女性朋友，由于工作轻松，家庭安逸等身体更容易发福，处于青年的女性由于饮食等因素也有偏胖现象。轻松减肥舞即是通过轻松运动达到自我调节、纠正的绝佳舞蹈。本节目由专业舞蹈教师讲解，讲解深入浅出，有详细的分解教学，突出学练的可操作性，还可编上舞台参赛。是广大女性朋友迅速减肥、锻炼身体，参加业余文化生活的最好帮手。

# 《轻松减肥舞(VCD)》

## 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)