

《纤体静心瑜伽(1VCD)》

图书基本信息

书名：《纤体静心瑜伽(1VCD)》

13位ISBN编号：9787880810554

10位ISBN编号：7880810552

出版社：九洲音像出版公司

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

《纤体静心瑜伽(1VCD)》

内容概要

长久坐办公室的女人，肯定会为自己腹部、腿部的赘肉所苦恼。瑜伽的减肥效果比不上有氧运动立即明显，但长期持续地练瑜伽，能修饰全身曲线均匀的线条。练习一段时间后，就会发觉腰腹部位，穿衣服时明显变得宽松，体态也更匀称。

《纤体静心瑜伽(1VCD)》

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