

《減肥達人 1》

图书基本信息

书名：《減肥達人 1》

13位ISBN编号：9789888002382

10位ISBN编号：9888002384

出版社：玉皇朝出版有限公司

作者：高倉敦子,原作：鈴木剛介

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

《減肥達人 1》

內容概要

共3冊。
一代俊男竟成了體重達101KG的胖子！
身邊的人和事有了一百八十度改變，
連心儀的女孩都離他而去……
即使如此仍不認輸（？）的胖子愛情喜劇，
現在開始！！

《減肥達人1》

精彩短評

- 1、 别刺激我!
- 2、 死胖子逆袭追地女神归.
- 3、 赘肉永远是个棘手的问题.....
- 4、 西柚减肥的时候看太解闷了
- 5、 共三本
- 6、 帅哥胖了之后脸圆圆的好可爱
- 7、 三本都看完了，大介的情感变化还不错，可是后来小美的出现太突兀了，有点儿烂尾。
- 8、 看完了~ending不错很实在>v<
- 9、 三星的剧情，因为最后男主角还是没有瘦下来变帅哥而多给一星。
- 10、 有哲理的搞笑
- 11、 还蛮温馨的故事。。。
- 12、 俊男到胖子是一种体验可是胖子不一定能体验俊男不管怎样生为俊男就是赢家啊
- 13、 减肥不是目的 找对象才是
- 14、 减肥永远的话题~美杜莎魔鬼三号震撼来袭！加我微信X23888999享受就来
- 15、 我也在减肥中，已经瘦了10斤了，再减10斤就知足了，吃的多美瘦身果，效果真的很好，说是7天无效退款，完全不用担心，她的v信是309339445，你们自己可以去了解下。
- 16、 想减肥的联系我，不仅可以减肥，还能排毒养颜，整个夏天都可以美美哒！wx+18260063593
- 17、 真是太好看了，用了周六的一个下午把三本看完。
感触非常深。
大介的巨变让我感动，不是减肥，而是了解不曾知晓的真我，从最深处改变自己，
- 18、 挺好玩的一本漫画，充满了各种欢乐
- 19、 我要减肥，所以我要看看，想要减肥的可以加我一起减肥，微信346483080
- 20、 结局竟然是胖子找到了真爱没有减肥成功==这算那门子励志片。不过还是怪搞笑的

《減肥達人 1》

精彩书评

1、【減肥经验分享帖】：減肥这么多年了，来来回回好多次，网上的方法该试过的都试过了，市面上的产品该用过的也都用过了，最后得出一句雷人的经验总结：节食+运动+减肥产品+（最重要的）坚持！真的，虽然是老生常谈，但切切实实就是这样，跟很多的道理都一样，往往最简单的才是最好的！详细的可以参考下我在搜狐博客收藏的经验帖，里面的案例很典型很实用：<http://moxiaoqii.blog.sohu.com/225990290.html>

章节试读

1、《減肥達人1》的笔记-第53页

【经验分享】人真的很贱，吃太饱和饿肚子一样有害，所以要节制。有些人想既不会很饿，有营养，又可以瘦身，而且不会反弹，这样的话，可以多吃些新鲜的蔬菜水果、能看见材质的全麦馒头等主食、少盐少盐油的水煮肉、脱脂奶等，忍住了别吃垃圾食品，坚决不吃零食，要吃也只吃水果，夏天多吃西瓜。而且，注意过了晚六点不进食，这样全身都会瘦，这方面具体的可以参考下我的搜狐博客：<http://moxiaoqii.blog.sohu.com/225990290.html>，很详细的经验帖，里面的案例很经典很实用~~~

《減肥達人 1》

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