

《排毒一身輕》

图书基本信息

书名：《排毒一身輕》

13位ISBN编号：9789866773440

10位ISBN编号：9866773442

出版时间：2008-7

出版社：菁品文化(華冠)事業有限公司

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

《排毒一身輕》

內容概要

排毒新主張---避毒、解毒、排毒

排毒如同治水，只有利用和疏導兩種方法，最重要的方法就是「通」。

任何事物都有它的正反兩面，身體內的毒素也一樣。

本書強調的排毒，不是把體內的「毒」全排乾淨，而是要把有害的「毒」排出去，有用的「毒」留下來。

本書內容共分七章，對人體毒素進行了全面的剖析，並著重講解了飲食、運動、減肥、按摩、精神等各方面的排毒原理、排毒方法和排毒作用。書中的一些方法都是非常簡單且易行的，你可以從中學到很多的排毒知識及排毒時的注意事項，從而使你能夠用最自然、最有效的方式來保持健康以及增強自身免疫力。

排毒可以清理身體內的毒素，促進細胞增生，啟動新陳代謝，使身體重新煥發生機。

長期堅持科學排毒計畫，可以調理身心，美容養顏，延年益壽，讓你感受到無比的暢快與輕鬆，為身、心、靈的健康打下良好的基礎。獲得真正的健康和美麗！

《排毒一身輕》

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