

《COCO的美丽秘笈》

图书基本信息

书名：《COCO的美丽秘笈》

13位ISBN编号：9787122082459

10位ISBN编号：7122082458

出版时间：2010-7

出版社：化学工业出版社

作者：李薇

页数：134

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

《COCO的美丽秘笈》

内容概要

《CoCo的美丽秘笈》：从平凡胖女孩华丽变身选美亚军，这是怎样的一个蜕变？在《CoCo的美丽秘笈》中，Coco首次全面公开自己的减肥诀窍，看她是如何从一个近70公斤的“胖小鸭”化身48公斤的“瘦天鹅”并保持至今。美丽，就要全方位，Coco更总结多年“臭美”经验取其精华与大家分享，全面介绍从护肤到美妆以及服饰搭配的心得，大至护肤保养心得、不同妆容打造技巧、穿衣搭配实例，小到瘦脸按摩、假睫毛佩戴技巧、头发造型、脱毛处理等细节都介绍周详、图文并茂。

《COCO的美丽秘笈》

作者简介

李薇，1983年出生于大连，小时候一直活在肥胖/小肥猪的阴影里；1997年开始在澳州生活；2004年于澳大利亚新南威尔士大学本科毕业，开始踏上减肥路；2005年在日本爱知世博会中承担中国馆形象大使的工作，并开始接触日本彩妆，从此一发不可收拾；2006年澳大利亚悉尼大学硕士毕业

《COCO的美丽秘笈》

书籍目录

PART 1 一定要瘦！ 减肥，我所走过的路 用思想武装自己先 减肥，吃什么 减肥之小动作、大收获
PART 2 护肤保养，打好美丽基础 悉心呵护我们的脸面 不可忽视的身体保养
PART 3 化妆，让我们一起化“腐朽”为神奇 化妆用品大推荐 真人妆容示范 Coco独家秘技大公开
PART 4 人靠衣装 Coco实践版服装搭配 选对内衣，真的差很多
附送 Coco独家收纳技巧 一、化妆品收纳 二、旅行收纳 三、家居收纳

《COCO的美丽秘笈》

章节摘录

插图：wax：没试过。不过听说毛一定够长才能做吧，反正几乎没见过有人的腋下是用wax的。电动拔毛器：人生一次最悲惨，血淋淋的经验和教训!因为我之前减肥过，所以腋下的皮肤不够紧绷，用完电动拔毛器，整个腋下被搞到好像撕裂伤一样，痛到快要疯掉了。整个一个星期睡觉都是大字形的姿势，手臂一放下来就很痛!一个星期之后，等到腋下的皮肤结痂才好。激光：一劳永逸!对我来说完全不痛!大概做了5次就再也不会长毛毛了。而且个人觉得，自己以前被拔毛或刮毛搞到很不关的皮肤(毛孔大，黑，皮肤不均匀，粗糙等)都有得到很好的改善哦!我自己感觉这是一项非常值得的投资，而且对汗腺也不会有影响。(2)比基尼处拔的：应该会很痛吧，反正我是没有试过。刮的：除了刮过的毛刚长出来粗硬，不舒服之外，对我来说，in-growth hair也是一个很烦人的问题。wax：没试过，但听说很多外国人都这么做哦。不过也听说，他们做之前都会先吃1个止痛药。可想而知，这也不会是什么美妙的体验啦。去毛膏：总觉得那里是敏感的地方，化学的东西还是越少用得越好吧!电动拔毛器：从没试过，也从来不敢想试!激光：一劳永逸!对我来说有痛哦。虽然每一下的激光都只有不到一秒的时间，但是用到强度3就是我的极限了(1最小，6最大，我做腋下都是6)。大概做4次就再也不想做了。虽然次数不多，力度不强，但是还是去得很彻底，就是穿再少布料的比基尼都会很安全的!所以我也很满足了!我觉得皮肤没有像做腋下时有那么好的改善啦，只有看到去毛的效果!

《COCO的美丽秘笈》

编辑推荐

《CoCo的美丽秘笈》：从70kg胖小鸭化身选美亚军，CoCo告诉我们如何做最美的自己。从平凡胖女孩华丽变身选美亚军，且看COCO如何一路走来.....CoCo坚信世界上没有丑女人，只有懒女人，平凡如你我也要做最美的自己。《CoCo的美丽秘笈》可谓是一本全方位立体式的美丽宝典。爱美的你，还等什么，看了绝对不会让你失望哦！

《COCO的美丽秘笈》

精彩短评

- 1、虽然内容有一点点过时了，但是毕竟coco的博客是我的启蒙教材之一呢~看到她出书，也好开心！
- 2、比我想象中还差一点，不过还可以啦
- 3、实用性不太强呢.....
- 4、这本书基本算是没用，除了几句励志的语言，几乎没有什么好用的有特色的有效的东西，乱七八糟，内容又少，纸张又少，不明白为什么会大家给那么多好评，骗我的钱呢？
- 5、因为喜欢这个mm的博客才买的书，所以看着蛮亲切的。OK啦，不过也没有很特别的。
- 6、天生丽质还硬拗
- 7、内容很普通，可是作者真心超nice的！@深图借阅
- 8、在众多华丽阵容的映衬下，这本书显得非常平常，没有华美的图片也缺乏专业的知识，但是贵在真实与实用。
- 9、超级超级喜欢的博主！
- 10、差不多买了市面上可以买到的明星美容类书籍之后，很负责地向大家推荐这本书！虽然我不认识这个作者mm究竟上谁？！但是感觉得到她真正想要跟大家分享的诚心！而且书中的内容确实非常全面丰富，得到不少有用的信息！刚开始是看到减肥的那个介绍有点心动，其次是封面的照片很美就买了，除了图片拍的很不专业，采光背景效果不好之外，我想这本书对我来说，是物超所值的！有的明星出书，不是介绍一堆产品就是标榜自己天生丽质...写这书的mm和我们一样，是靠自己的努力和摸索才在追求美这条路上走到今天这样的成果的，所以可以有个榜样，借鉴的例子不是一件很好的事情么？书里涉及饮食（这部分内容不多哈），护肤，彩妆，服饰，甚至脱毛，收纳这类的各方面信息，是真正花了心思来跟大家分享的...所以推荐给不那么挑剔，也不介意10，20块买本书翻翻的jms

《COCO的美丽秘笈》

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