

# 《享瘦可以很容易》

## 图书基本信息

书名：《享瘦可以很容易》

13位ISBN编号：9787504843326

10位ISBN编号：7504843326

出版时间：2004-01

出版社：农村读物出版社

作者：汐兮

页数：131

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)

# 《享瘦可以很容易》

## 内容概要

DIY瘦身品配合泡澡、敷体膜的瘦身方式，轻松又安全，简单易行，花费低廉，不用去美容院、不用购买昂贵的瘦身品，在家就可以轻松享“瘦”！家用榨汁机、碗、搅拌棒、计量勺，这些家庭用品，以及可方便购得的食物或药材，如此简单的组合，既没有过多的花费又无副作用，对瘦身塑形有令人惊喜的效果，这就是《享瘦，也可以很容易》一书匠心独具之处。设身处地为需要瘦身或纤体的朋友设想，让瘦身不再如此艰难，代价也不需要如此昂贵。

# 《享瘦可以很容易》

## 作者简介

汐兮，任职于知名美容院，具备多年的瘦身经验。有感于越来越多的女性盲瘦身，却收效甚微，将长期积累的自制瘦身品秘方整理成文，汇集成书，为读者带来全新的瘦身理念。

# 《享瘦可以很容易》

## 书籍目录

- 1 纤臂膜
- 2 纤腰膜
- 3 瘦腹膜
- 4 翘臀膜
- 5 美腿膜
- 6 全身膜

## 《享瘦可以很容易》

### 媒体关注与评论

书评拥有魔鬼身材是每一位女性最引以为傲的！但是要让身材玲珑有致却总是找不到正确的方法。辛辛苦苦却事倍功半，其实，无需特定场地、固定时段，在家里就能轻松瘦身。泡澡和敷膜是最为时尚和简单的瘦身法。而且泡澡和敷膜时所用的瘦身品完全可以自制而来。天然蔬菜、食品、中草药、精油等就是令身材完美的天然武器，健康的原材料。轻松就可调配出各款适合不同体型、肤质的泡澡品、体膜品而且每一款的成本10元都不到，瘦身是种享受，是种乐趣。本书就是要让你快快乐乐地变身S型女人。轻松享“瘦”一辈子。

## 《享瘦可以很容易》

### 精彩短评

- 1、为了积累资料而买的书，内容嘛，看看而已。
- 2、图文并茂。可读性较强

# 《享瘦可以很容易》

## 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)