

<<SPA自然美浴>>

图书基本信息

书名：<<SPA自然美浴>>

13位ISBN编号：9787501944644

10位ISBN编号：7501944644

出版时间：2005-04

出版时间：中国轻工业出版社

作者：紫合

页数：174

字数：200000

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：<http://www.tushu007.com>

<<SPA自然美浴>>

内容概要

本书中各种沐浴方法采用的都是纯天然、最经济的原料，这些原料保证你消费得起，并且是触手可及的。

也是一本好书,好好的SPA你自己吧,书在家中没法照片哦! 人们对SPA不停的探求，其实也是人们追求自然、回归自然的一个过程。

人类本来就是属于大自然的，随着人类开创所谓的文明后，人们就开始脱离自然。

文明越进步，科技越发达，物质生活水平越高，人们的心灵家园越显荒芜。

因此，人们要回归自然，找回真正属于自己的灵魂。

SPA浪潮也是在这样的背景下掀起的。

回归自然不是让我们重新回到原始时代，而是用人类高度的智慧，可以把大自然的素材重新带回我们的生活中。

SPA就可以让我们重新回到大自然母亲的怀抱，让它来温暖和安定我们的心灵。

<<SPA自然美浴>>

书籍目录

必要说明之一：关于SPA与沐浴 SPA的由来 SPA的发展 最先锋的SPA观念 选择最佳的SPA方式必要说明之二：应有的准备热水浴 SPA建议：来个清新的晨浴 SPA建议：应常给新生儿洗热水浴 SPA建议：用热水浴来瘦身 SPA忠告：洗热水浴时间不宜过长 SPA忠告：酒后不宜热水浴 SPA忠告：饥饱不宜热水浴 SPA忠告：热水浴后不宜马上Make Love SPA忠告：孕妇不宜热水浴冷水浴 SPA建议：走出家门淋场雨 SPA建议：做勇敢者的游戏——冬泳 SPA建议：让孩子接受“冷酷”的教育 SPA忠告：年老体弱者不宜冷水浴 SPA忠告：剧烈运动后不宜冷水浴 SPA忠告：夏季不宜冷水冲凉 SPA忠告：高血压患者不宜冷水浴 SPA忠告：神经痛患者不宜冷水浴空气浴 SPA建议：选择空气浴的最佳时间 SPA建议：选择空气浴的最佳环境 SPA建议：选择空气浴的最佳方式 SPA建议：孩子需要空气浴 SPA忠告：小心走光 SPA忠告：要结合自身条件做冷空气浴 SPA忠告：做好浴前准备 SPA忠告：下列情况不可进行冷空气浴日光浴.....刷浴按摩浴酒浴牛奶浴醋浴盐浴茶浴小苏打浴蜂蜜浴精油浴森林浴温泉浴海水浴泥浴沙浴常见的蔬菜瓜果浴蔬菜类水果类常见植物浴SPA的美肤必修课

<<SPA自然美浴>>

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:<http://www.tushu007.com>