

<<做一个凹凸美人>>

图书基本信息

书名：<<做一个凹凸美人>>

13位ISBN编号：9787800057021

10位ISBN编号：780005702X

出版时间：2003-2-1

出版时间：新世界出版社

作者：唐华,亮晶晶,Crgstal Hui

页数：139

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>

## <<做一个凹凸美人>>

### 内容概要

美丽的面孔是上天安排的，而美丽的身材却可以自己专心去塑造。

《做一个凹凸美人》为你设计简单易行的运动，饮食及心理瘦身方案，告诉你香港明星的美体修身秘方，让你不必再花大笔钞票、大把时间去定做美丽，轻轻松松就做一个凹凸美人，现在就开始行动吧！

## <<做一个凹凸美人>>

### 书籍目录

- 一 理想身材大比对
- 二 美手美肩俱乐部
- 三 美腿美脚俱乐部
- 四 美肩美腿按摩法
- 五 丰胸修腰俱乐部
- 六 迷死人俱乐部
- 七 胖从口中进，瘦从口中来
- 八 心理瘦身法—四大窍门
- 九 环境瘦身法
- 十 明星美腿美肩瘦身法

<<做一个凹凸美人>>

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>