

<<小胖妞的减肥日志>>

图书基本信息

书名：<<小胖妞的减肥日志>>

13位ISBN编号：9787807670643

10位ISBN编号：7807670649

出版时间：2009-3

出版时间：山西经济出版社

作者：郝多多，阿布白 著

页数：188

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>

<<小胖妞的减肥日志>>

内容概要

在成为性感小辣妹之前，她人称小胖妞，找工作时成为超级面霸、暗恋英俊上司却自卑得开不了口，外号跟着她如影随形，没人能记得她的本名.....她奋力地与减肥做着斗争，像所有渴望变美可又管不住嘴的女孩们一样，在节食和反弹中反反复复地折腾着..... 她为了能瘦下去，七日瘦身汤、魔鬼苹果餐、热卖减肥药、冰淇淋瘦身、跑步三小时.....各种偏方乱试一通，结果饿得头晕眼花，却越减越肥，不仅搞跨了身体，还越来越自卑..... 后来，痴肥的小胖妞，居然轻松地瘦了下来！

哇，她是怎么做到的？

<<小胖妞的减肥日志>>

作者简介

郝多多，双鱼座女生。
资深美容美体编辑，情感专栏作家。
现居深圳。

钻研过至少一千种减肥产品，最终成长为边吃变瘦教主。

笃信瘦身与爱情有关，祝愿天下享瘦者，有情人终成眷属。

<<小胖妞的减肥日志>>

书籍目录

PART 1 最讨厌称体重了呀！

PART 2 呼啦呼啦减肥去！

PART 3 胖子都有一颗敏感的心PART 4 就是抽脂也得瘦下去！

PART 5 不是忍饥挨饿才能减肥的.....PART 6 人气小天后就是我PART 7 花好月圆的生活才刚开始PART 8 美丽俏佳人PART 9 穿高跟鞋要瘦出漂亮的小腿PART 10 苦练腹式呼吸法PART 11 时尚美女人追PART 12 真想躺着都能瘦呀.....PART 13 减肥要合理安排饮食喔！

PART 14 美味的冰淇淋居然可以瘦身？

PART 15 要瘦身，就吃“代餐减肥饼干”PART 16 酸菜鱼减肥法！

PART 17 苦练瑜伽，要瘦十斤！

PART 18 今天我就要嫁给你啦！

<<小胖妞的减肥日志>>

章节摘录

插图：

<<小胖妞的减肥日志>>

编辑推荐

《小胖妞的减肥日志》介绍了：火辣的身姿看着很馋，残酷的理论听着很烦，从75kg大肥女到性感小辣妹，小胖妞现身说法，独门秘籍拯救你！

想吃就吃，爱躺就躺！

SO一下子就瘦了……瘦，就会一路运气好到爆吗？

不见得。

但是……如果你胖……人生必定一头黑线十分悲惨……于是！

还是让自己瘦一些瘦一些再瘦一些吧……

<<小胖妞的减肥日志>>

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>