

《7日瘦身经(VCD)》

图书基本信息

书名：《7日瘦身经(VCD)》

13位ISBN编号：9787884132119

10位ISBN编号：7884132117

出版社：珠海特区音像出版社

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.tushu111.com

《7日瘦身经(VCD)》

内容概要

享受长假的假期的心情是轻松悠闲的，但不是松懈，尤其在美体塑形这件大事上，很多魔鬼身材的明星建议是，随时随地保持锻炼的状态，哪怕只是一个保持挺立的姿态，都是一种修炼。养成每天见缝插针的健身习惯，积累起来可是一笔不小的“财富”！本节目持意为你的假期里提供给日瘦身经。看电视时给大臂塑形，午休前锻炼小腹，连做家务时也不闲着，实一个美腿A计划-就是这些看似简单的健身动作，在长假里让你轻松拥有大大的满足和愉悦。

《7日瘦身经(VCD)》

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.tushu111.com