

《換個姿勢就能瘦》

图书基本信息

书名：《換個姿勢就能瘦》

13位ISBN编号：9789571059099

出版时间：2015-3-20

作者：黃相普

页数：288

译者：馬毓玲

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

《換個姿勢就能瘦》

內容概要

《換個姿勢就能瘦》

作者簡介

黃相普

作者為畢業於美國Palmer West脊椎神經醫學院的美國脊椎矯正醫師（Doctor of Chiropractic），對於美國、澳洲、歐洲等先進國家透過定制鍛鍊運動處方所進行的體型矯正計畫極具關注。在研究途中，遂以開發解決現代人因電腦、智慧型手機等文化革命所導致5歲以上幼兒起便急遽增加的姿勢、脊椎、骨盤、腿部等各種體型骨骼變形問題之方案為目標，投注所有心力進行開發。目前，作者經營頭部前移、脊椎矯正、骨盤矯正、畸型腿矯正等全身體型矯正專業醫療中心 - Posture and Partners（PNP），同時也擔任社團法人韓國模特兒協會外部董事暨審查委員。另外，也曾發表MBC「時事雜誌2580」-「變歪的身體」篇等國內體型矯正相關專欄文章。擁有「骨盤矯正減肥」、「三合一整骨瘦身操」、「龜頸矯正運動」等著作。

《換個姿勢就能瘦》

書籍目錄

《換個姿勢就能瘦》

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