

# 《人体防衰延年有妙招》

## 图书基本信息

书名：《人体防衰延年有妙招》

出版时间：2011-12

作者：周范林

页数：173

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](http://www.tushu111.com)

# 《人体防衰延年有妙招》

## 内容概要

周范林的《人体防衰延年有妙招》从活得愉快防神衰、好情绪防心理衰、活学活用防脑衰、养颜去皱防肤衰、满头青丝防发衰、强精固本防性衰、除疲保健防脚衰、坚持运动防腿衰、健身保健防肾衰、运动饮食防心衰、养颜排毒防肝衰、学会呼吸防肺衰、生活方式防胃衰、活络通淤防血衰、强筋避疏防骨衰等20个方面向读者详细介绍了人体防衰延年的妙招，对人们延年益寿大有裨益。《人体防衰延年有妙招》内容全面、具体实用、读者面广，是普通家庭不可多得的一本实用读物。

# 《人体防衰延年有妙招》

## 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](http://www.tushu111.com)