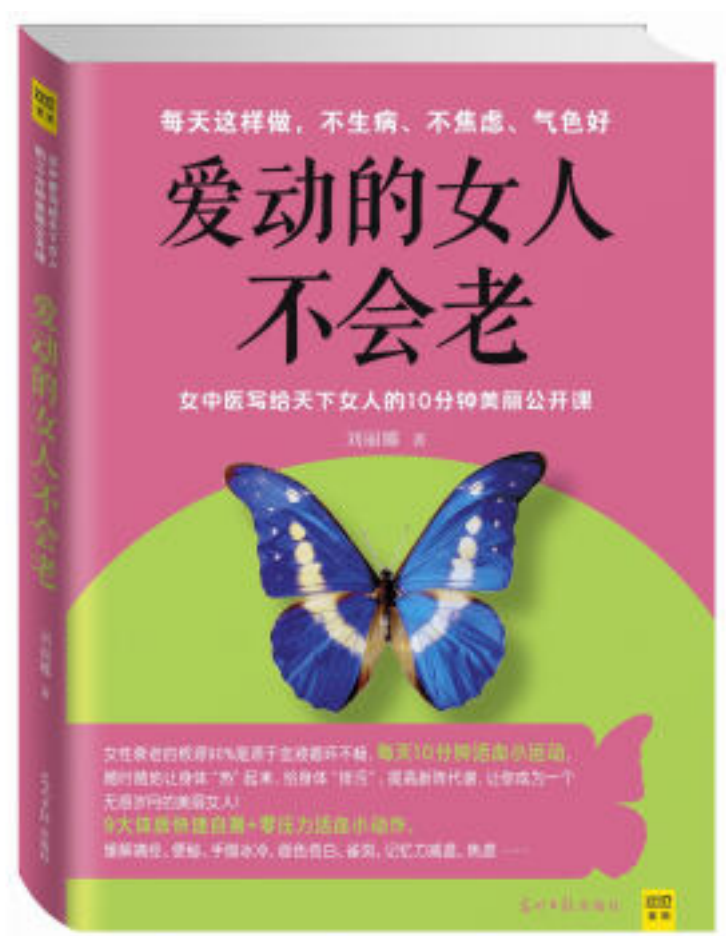


爱动的女人不会老



[爱动的女人不会老_下载链接1](#)

著者:刘丽娜 著

[爱动的女人不会老_下载链接1](#)

标签

评论

买了很多美颜书，都没看呢还，但这个作者的书一直写的很好，我很喜欢

这本书我很喜欢，很不错的书

很好的书，赶上活动价格也很实惠

还没看，应该不错，多点运动的动力

比机场便宜 还不用自己扛 挺好的

非常喜欢，特别感谢京东。

平时就不喜欢运动，明显感觉气色很差，新陈代谢变慢，所以买本书来看，给自己找个运动的理由，书的内容很不错，从理论到实践，介绍的很详细，用小运动，让身心得到放松

帮人买的，收到后还行

京东送货，很快还能货到付款。日常保健拿来看看，稍微看了一下还可以，不过有些内容不适合办公室锻炼。
不爱动的女人老得快！先做测试，认清体质再运动！所有女性都可能遇到的生理、心理问题，如痛经、便秘、痔疮、低血压、乳房胀痛、神经衰弱、疑心病等，都是造成女性衰老的信号灯，活得青春必须靠运动。但是对于现今压力大、工作忙的大多数女性来说，坚持运动是一件很难实现的事情，本书专门提供“简单易行、可快速解决女性不适症状、随时随地能进行”的绝妙运动方

看了下，对自己可操作性差些

书评

[爱动的女人不会老_下载链接1](#)