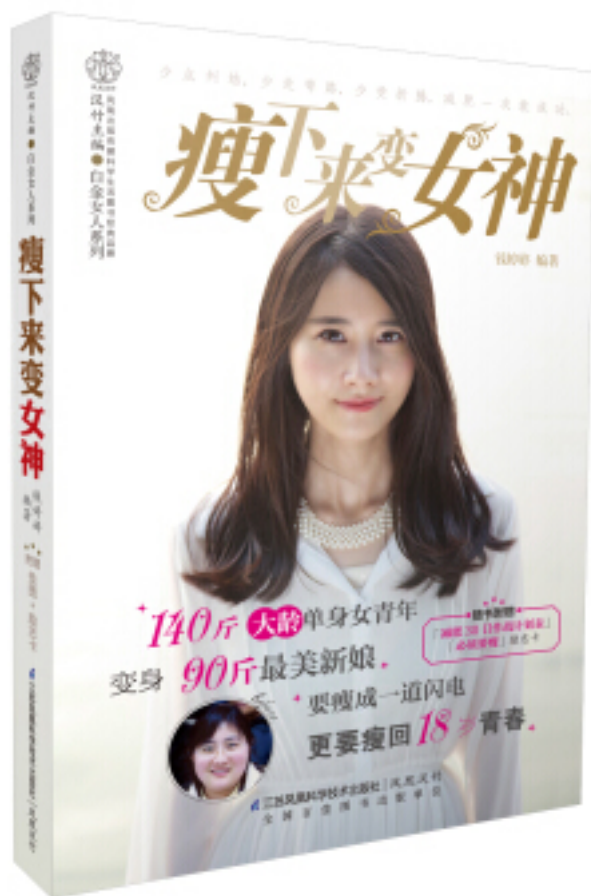


白金女人系列：瘦下来变女神



[白金女人系列：瘦下来变女神_下载链接1](#)

著者:钱婷婷 著，汉竹 编

[白金女人系列：瘦下来变女神_下载链接1](#)

标签

评论

瘦下来才能当女神啊~！！ 书中是很卡哇伊的漫画风格，希望书中介绍的方法有用啊

在新华书店看到的，老婆很喜欢，后来在京东网上看到便宜一点，所以买的

胜在画画可爱…没了…看完之后决定…还是自己找办法吧

看到作者从胖妹变成女神真的很励志，里面的方法也比较实用，值的推荐

想要当女神必须要瘦~！瘦~！瘦~！书中作者挺励志的，希望自己能坚持下来

送给闺蜜的，减肥要有恒心啊！

还行吧，到货速度挺快的

想当女神就看这本书~！女人永远的口头禅就是：我要减肥

感觉不错，还没来得及认真看内容

宁可少吃也不运动？好巧，婷婷也一样~一起分享如何从“不动懒人族”徐循渐进成“运动小达人”的经验技巧。

价格太便宜了，京东购物真好

运动少吃！

还好~~~~~

[ZZ][SM]读书最大的乐趣就是从中找到自己不知道的事情。里面有对社会现象的批判，美丽风景的描写，鲜为人知的秘密与故事，中外风土人情的讲述，对奥秘的探索，还有一个个催人奋发向上，给人鼓励的感人事迹。像《汤姆叔叔的小屋》里那些恶毒的奴隶主得到应有的报应，让人拍手叫好，不由得为那些只因为肤色问题而遭人虐待的奴隶感到高兴；读《海滨夏夜》不由得想去海滨亲自体验一番那不一般特别风情，那使人向往的、使人充满幻想的心情使人快乐！

书店无意看见所以才上京东买，便宜很多，希望对减肥有帮助。

没啥意思

就是讲一个人通过合理饮食和锻炼瘦下来，还有一些漫画(画功就不强求了)，看着玩吧，没什么用。

尝试过各种减肥方法，但从来没有成功过？人虽然瘦下来了，可是气色却超级难看？三个月瘦下来的肉，一个月就长回去了？
这些困扰你的问题，曾经也困扰过婷婷。她和普通大众一样，在肥胖的外表下，有一颗文艺、清新、爱美的心，她有点小愚懒，带点小天真，从小就胖，不爱运动，还是正正经经的吃货一枚。而就这样一个平凡的姑娘，却找到了一条瘦身的途径，曾经140斤的胖妞，现在体重只有90斤，完成华丽变身。
翻看《白金女人系列：瘦下来变女神》，你就会发现，营养科医生推荐的饮食方案，私人教练讲述的减肥技巧，还有瘦身达人的贴心经验，不仅成为了婷婷的瘦身良方，也是每一个胖妹子手中的宝典。

尝试过各种减肥方法，但从来没有成功过？人虽然瘦下来了，可是气色却超级难看？三个月瘦下来的肉，一个月就长回去了？
这些困扰你的问题，曾经也困扰过婷婷。她和普通大众一样，在肥胖的外表下，有一颗文艺、清新、爱美的心，她有点小愚懒，带点小天真，从小就胖，不爱运动，还是正正经经的吃货一枚。而就这样一个平凡的姑娘，却找到了一条瘦身的途径，曾经140斤的胖妞，现在体重只有90斤，完成华丽变身。

翻看《白金女人系列：瘦下来变女神》，你就会发现，营养科医生推荐的饮食方案，私人教练讲述的减肥技巧，还有瘦身达人的贴心经验，不仅成为了婷婷的瘦身良方，也是每一个胖妹子手中的宝典。

京东快递很给力啊，送货师傅很快就到了，吓我一跳，正在看这本书当中，很喜欢的，书中内容也很适合我，推荐给大家啊，为消遣而读书，常见于独处退居之时，为装饰而读书，多用于高谈阔论之中；为增长才干而读书，主要在于对事物的判断和处理。读书费时太多是怠惰，过分的藻饰装璜是矫情，全按书本条文而断事是十足的学究气。读书使天然得以完善，又需靠经验以补其不足，因为天生的才能犹如天然的树木，要靠后来的学习来修剪整枝，而书本上的道理如不用经验加以制约，往往是泛泛而不着边际的。读书不可专为反驳作者而争辩，也不可轻易相信书中所言，以为当然如此，也不是为了寻找谈话资料。而应当权衡轻重，认真思考。有些书浅尝即可，另一些不妨吞咽，少数书则须咀嚼消化。

[白金女人系列：瘦下来变女神_下载链接1](#)

书评

[白金女人系列：瘦下来变女神_下载链接1](#)