四周练出一身肌肉2: 超快速健身法



四周练出一身肌肉2: 超快速健身法_下载链接1_

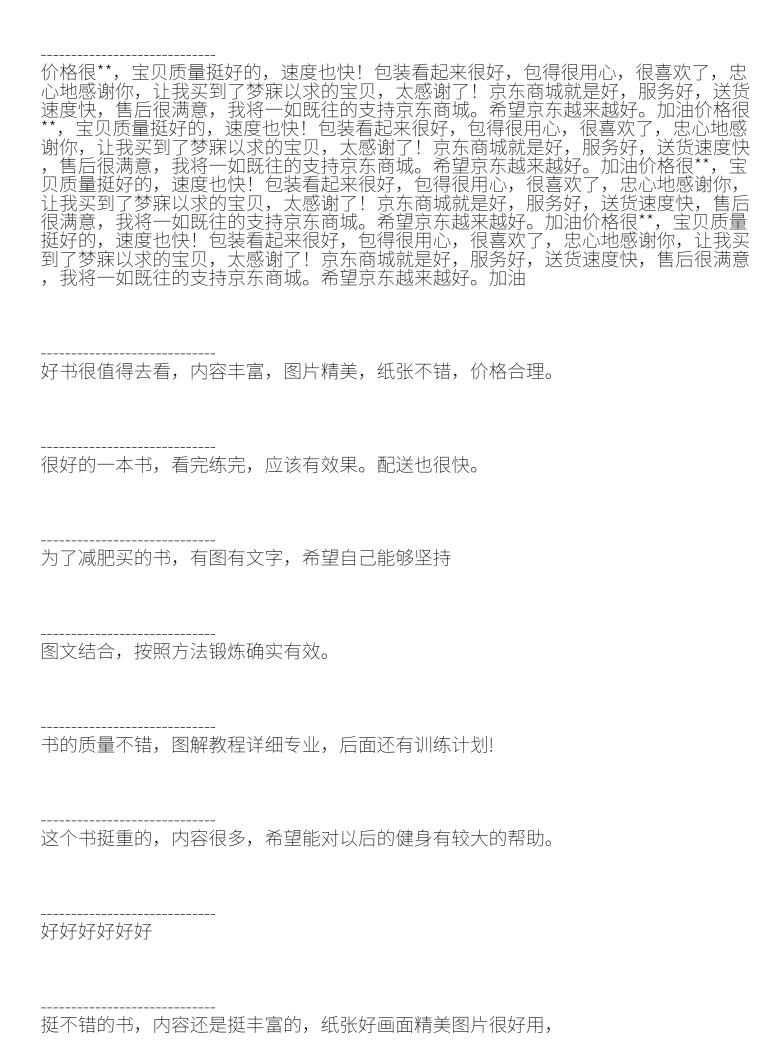
著者:[美] S.耶格尔著

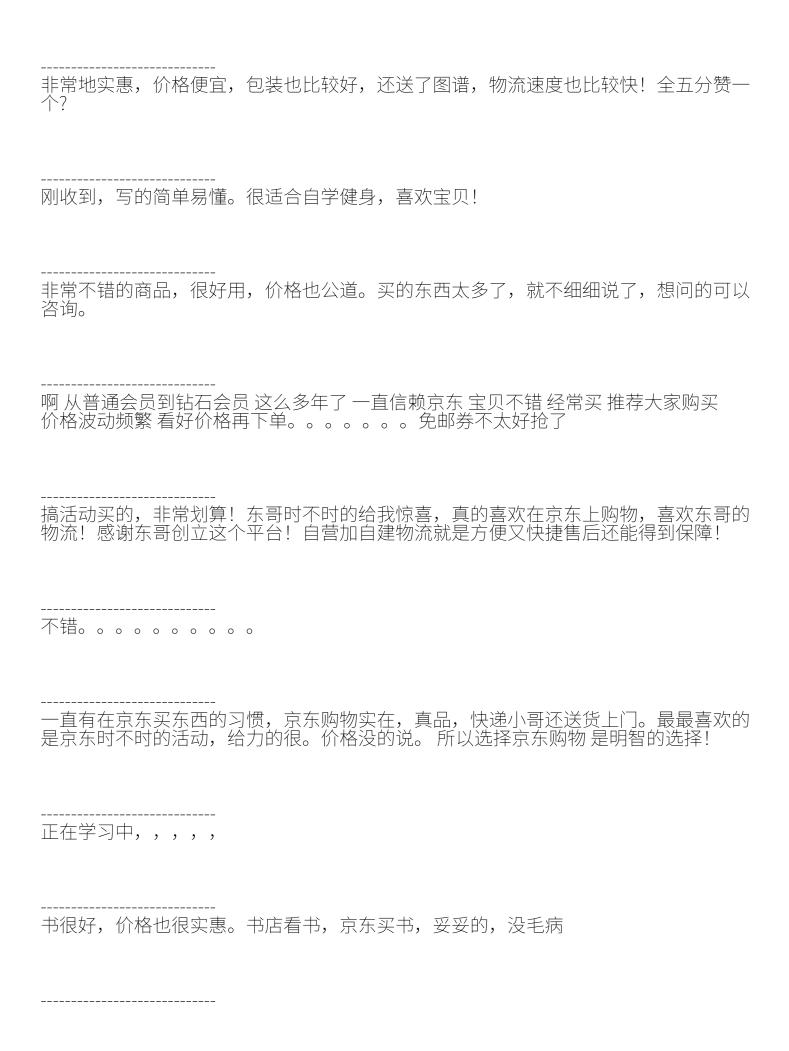
四周练出一身肌肉2: 超快速健身法_下载链接1

标签

评论

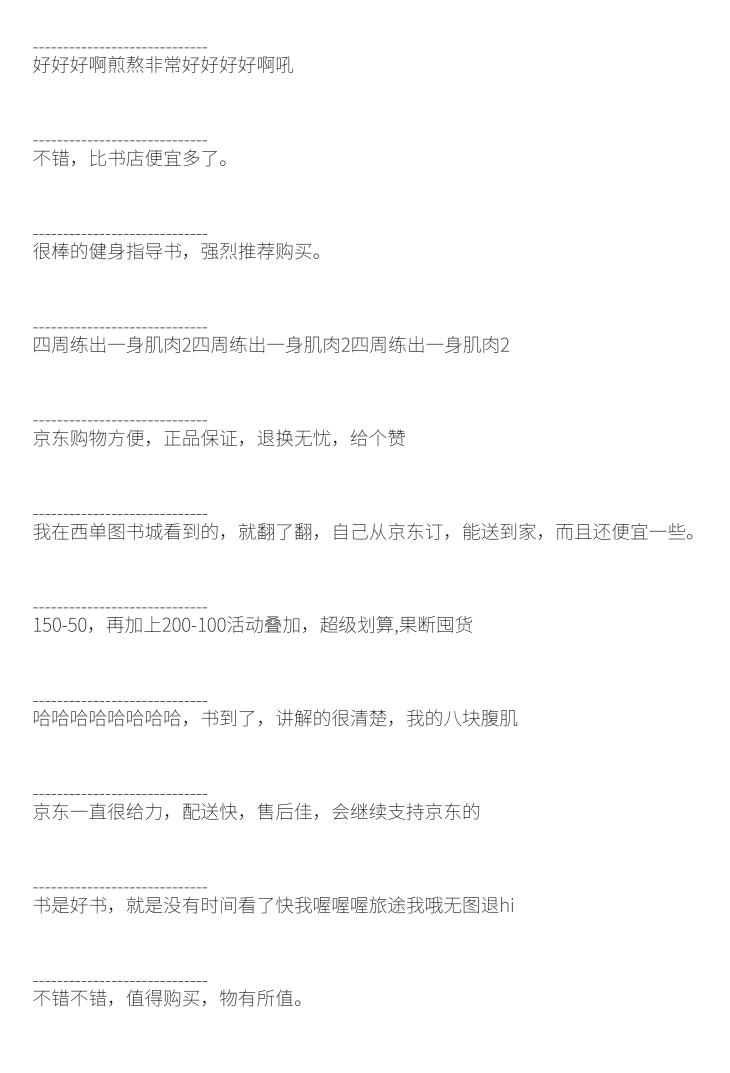
质量很好,绝对正版书,图文并茂,涨知识



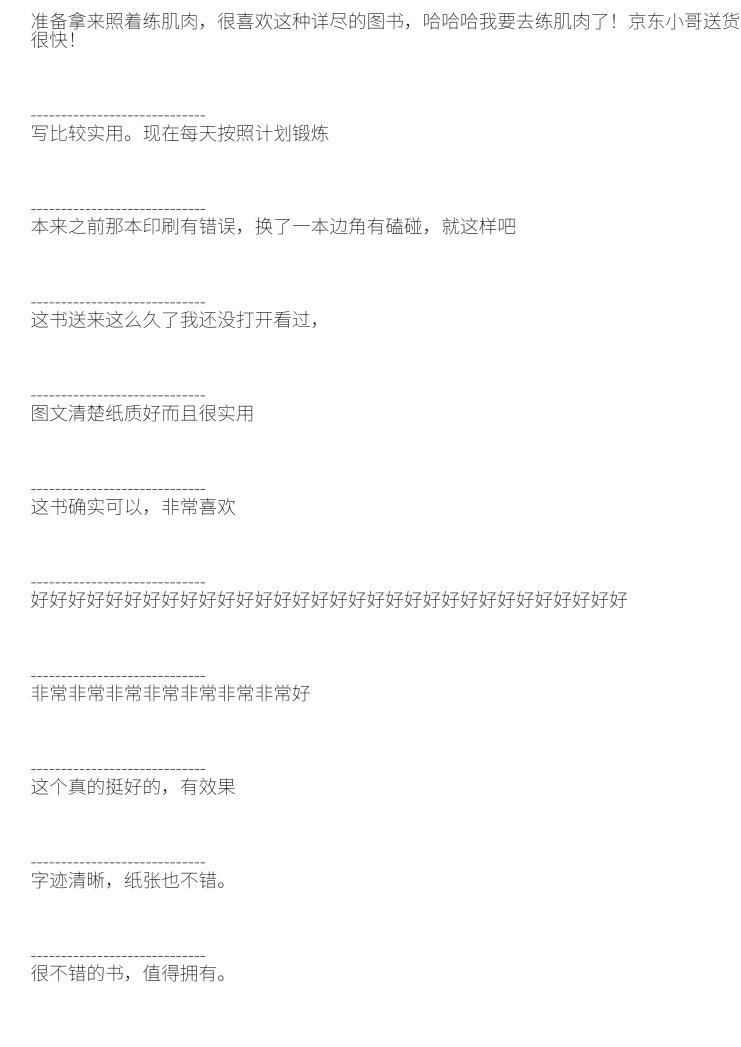


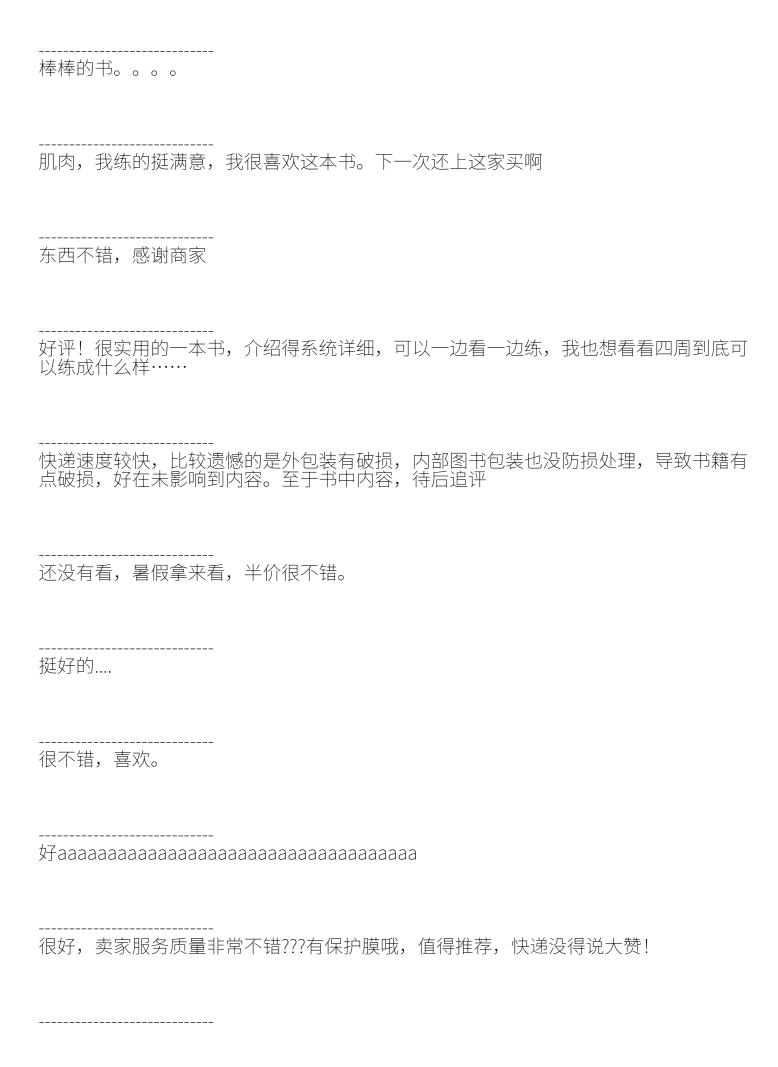
 从网上看了推进,买来看看,包装很好,全新,内容丰富
正版书籍,印刷精良,手感不错,快递迅速
 内容很好,描述的挺到位的
 非常厚非常好,好多动作教学,按部就班应该能快速健身,物超所值
 质量不错,下次还会再买

非常好的一本书,期待变型男!



性价比高,送货快速。
锻炼使用的书,不错!
每次都要十个字,好麻烦哦,很好
是一本实用的好书
 凑够了买,感觉还可以吧,很快就收到了
很好很好很好很好很好
物流速度快、质量也好.
书还是不错滴,贵在坚持,才有效
此用户未填写评价内容





内容丰富多样,从各个部位都有分解,实用性非常强,对于想全面加强体质来说是一本非常不错的书!
最近开始健身,还是要先买本书学习下。
要减肥,要健身,要瘦下来,要努力!!

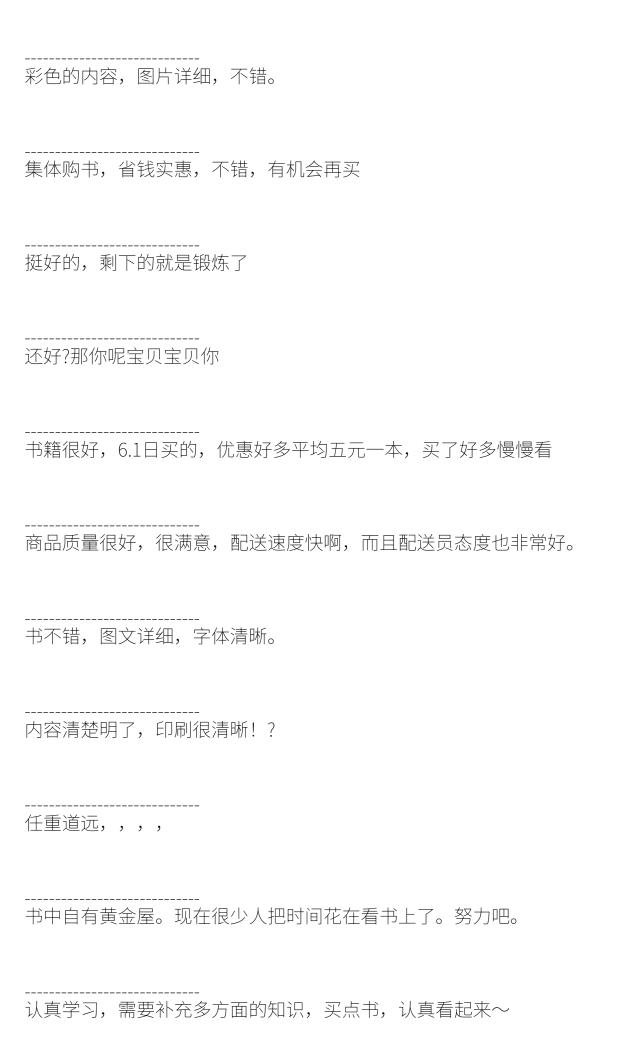
四周练出一身肌肉: 619种绝对有效的练肌肉方法
生命在于运动,工作忙还是要抽时间锻炼锻炼
应该还是不错的,目前学习健身
 坚持不懈,向六块腹肌进军!物流好产品正!京东就是这么让人放心!
 搞活动的时候买的,还是挺划算的。
共买了13本,铜版纸不错!京东快递相当给力!好评!

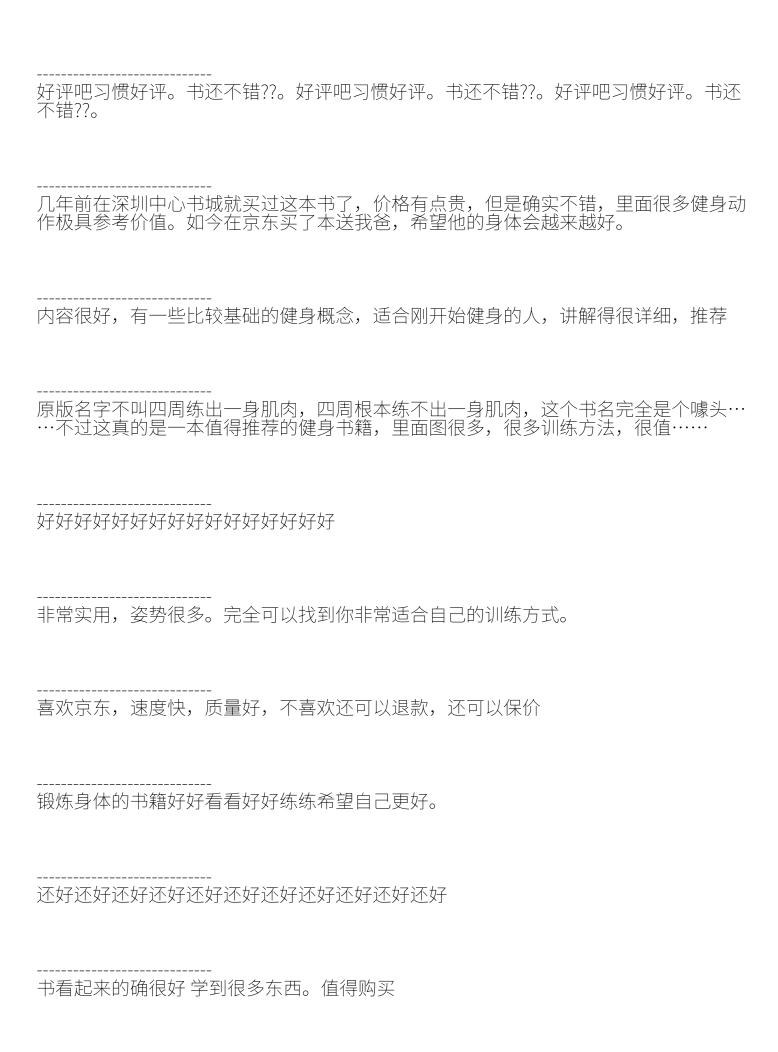
这书买了很快也就到了曼妥思几本书一起买的,嗯,按照这个练感觉挺不错的,嗯,挺有效果,啊,挺好的。

京东活动给力,质量有保证 物流很快 送货师傅态度超好 选择京东放心
一直在京东买书,物美价廉,提供精美精神食粮。
很不错的书。
方法应该是有用的 但是爸方法学会还挺麻烦的人
真的很好不错
型封膜包装,期待收获。 型封膜包装,期待收获。
书很不错,图文并茂,值得好好读读

 618图书100-50 买了超级多以前很想买的书 新开plus还有300-200
加肉4周真能练出来吗 我要试试看

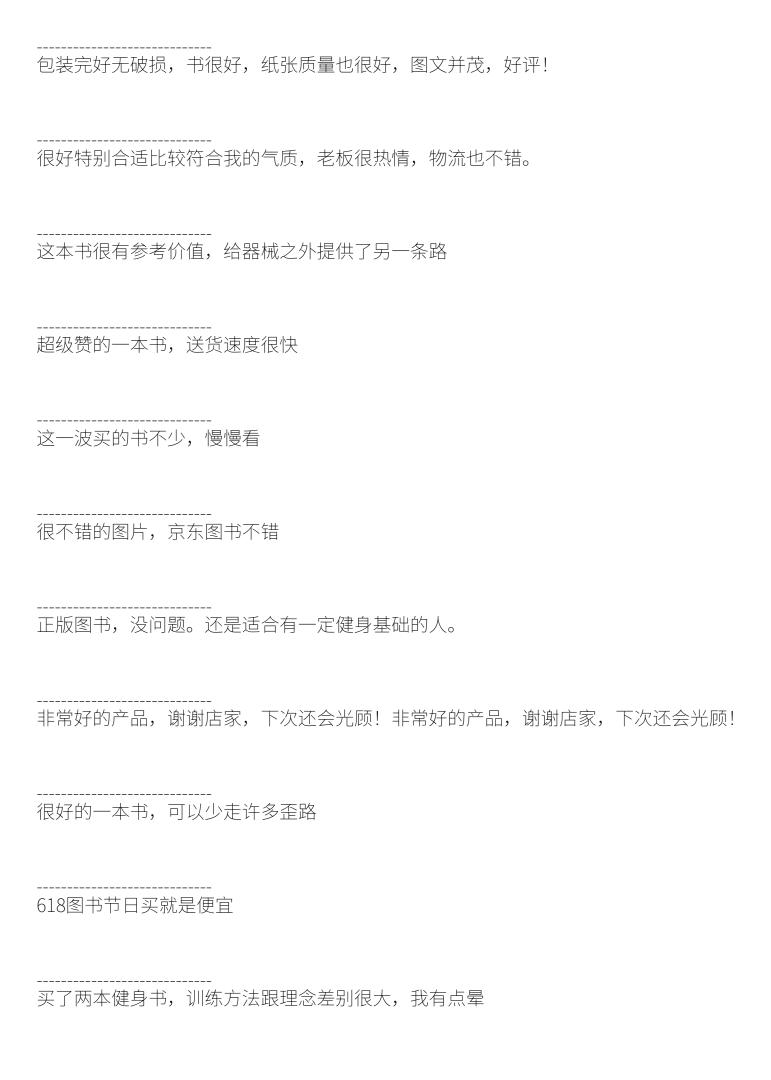
真厚的书呀 结合KEEP





 我见过最全面的健身书。要练起来都是不容易的
 猴哥功是要7要了哇643个婆婆所以心妈妈明明哦?

书是正版,印刷清晰,包装结实没有损坏,值得一看!
图书的外包装比原来好多了,也有点浪费。
 究竟怎么样才算超过了10个字呢,这本书不错。
 非常喜欢,非常喜欢,非常喜欢!



= =常好。。。。。。。。。
 延好的。。。。。。。。

书评

四周练出一身肌肉2: 超快速健身法_下载链接1_