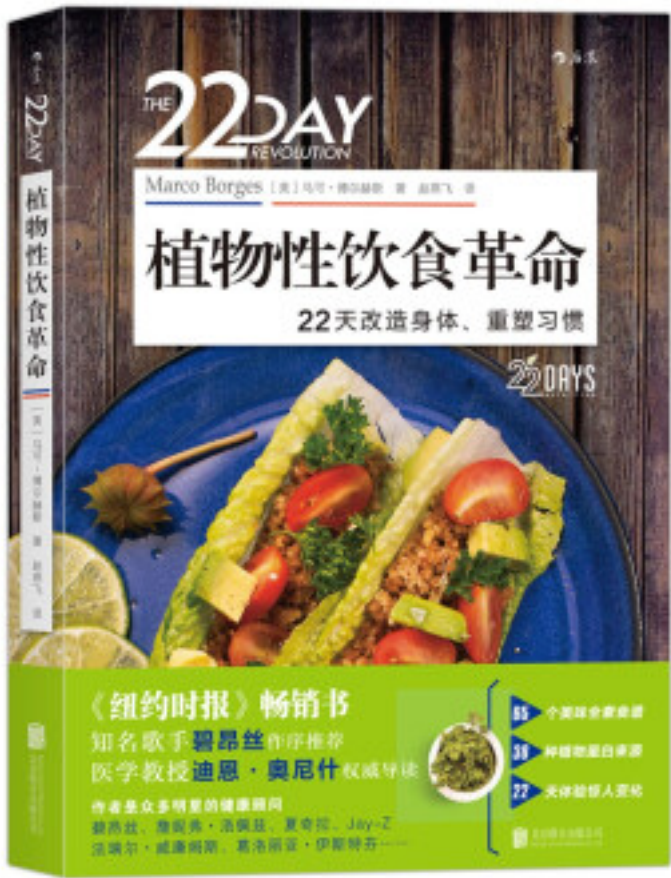


植物性饮食革命 22天改造身体、重塑习惯 [The 22-Day Revolution]



[植物性饮食革命 22天改造身体、重塑习惯 \[The 22-Day Revolution\]_下载链接1_](#)

著者:[美] 马可·博尔赫斯 著，赵燕飞 译

[植物性饮食革命 22天改造身体、重塑习惯 \[The 22-Day Revolution\]_下载链接1_](#)

标签

评论

京东很好。之前提到包裹包装的问题，得到了解决。只几次买书都用的纸箱发货的。书完好无损。

字太小了，全新的健康理念，就是不知道实践起来如何

闲时看看,希望能实用

好书。“植物性饮食”这一概念就很符合我的追求与理念，比“素食”、“全素”的概念要更进步一些。

很有智慧的好书，收藏了，谢谢！

图书质量各方面都还算不错，性价比可以接受吧，期待下次惠顾！

吃不下去这些，味道怪怪的，量又特别大

jjj某涂的太晚啦！你也有啊！你在哪买

很不错 书包装很好 内容也好 适合一年级小朋友

哈哈哈哈哈哈哈哈哈哈好喜欢

里面有很多食材不好采购～～～

给老爸老妈买的，他们都是大学老师知识分子，希望他们永远健康

书很好噢 喜欢 好好看看了

很好～东西非常好～值得信赖

还没细看！粗略看了下，应该可以

送人…点名指定要这本书………

还没看，包装可以，书应该也不错

还行吧 就是自己做不了

物流快，质量不错

非常不错的一本书

非常不错，很好

上课时好多孩子关心健康减脂的问题，买书参考一下，希望孩子们学以致用！

京东一直很给力，这次又买了一大堆书，虽然有的印刷质量不行，但是看在便宜忍了。

给小孩买的，看外表到挺好，还不知内容对小孩是否有帮助，看看再说吧。

慢慢看，书很有用，很好很好

京东送货没得说，除了快就是快！好评！说说这本书，买前仔细看了介绍，本以为是一本认真讲解食物和健康关系的书，比如怎么吃会更合理更健康之类的，看了40多页，竟然全是在介绍实验数据！最重要的是根据实验也并没有得出什么有效的结论，不过就是我们大家都知道缓慢进食一类的，我觉得可能对商家更有效，它教给商家如何能让消费者摄入更多的食物！真的很烂！仿佛在炫耀他们的研究成果，而且更偏向市场营销类的内容，我自己就是做营销的，只是想放松放松，竟然又看到这种东西！还有一点就是，书中所有的食物，计量单位和例子全是美国的，甜甜圈果酱和鸡翅，讲真，对中国人有帮助吗？挺失望的。

还行，开本正合适，就是感觉太贵了，打完折也将近四十了。

买来学习饮食健康，为以后为家人做饭作为参考！

非常好的书！

好书，推荐。

书本不错？

此用户未填写评价内容

还没有细看，看起来还可以~内容挺有意思的

国货国货国货

很好玩的一本书，老婆看到后就拿去看呢，针对行为经济学实验提出的一些小技巧相当实用，瘦身再也不用虐自己呢，晚上终于可以肆无忌惮的吃鸡呢

找了很久终于找到

内容比较容易读，可是成书比较早，当科普常识的书还好目的是减肥还是算了，比较有趣味性。

可以看看，但是照着做就比较难了。

非常好的一次购物体验。为单位批量采购的书籍。包装的很好，发货也很快，售后也超级方便。很靠谱。以后会强烈推荐单位统一在京东采购书籍。

先先先先先先先先先先先先先先先先先先先先先先先先正正赞赞赞赞赞赞赞赞

[illegible]

想要健康和美丽，可以多看看这本书

很实用的一本书 物流很嘿力 希望大家多多购买 人嘛活到老学到老

不管想不想 身体很诚实 人都是自己的敌人

好书不解释，618买了好多书，很实惠，书的质量也很好！！！！

随手翻看翻看，印刷字迹清晰，塑封完整！

内容很有用 看了一部分之后给爸妈买了一本

物流快，新的一岁，从让家人吃出健康开始。

囤货进行时，基本没有毛病，所以就通用评论了

买了能买到的所有范老师的书，健康的饮食习惯建立起来

挺好的，以后还有机会继续购买

很不错写的很好很有实用价值一定要学习生活的艺术健康生活方式从饮食开始

京东自营，值得信赖，速度很快

哈哈哈哈哈哈哈呼鱼鱼——————————

挺喜欢的一本书，解决了很多疑惑，老婆也很喜欢，推荐推荐~~

范老师的微博内容就很有趣，看这本书了解饮食和健康，家人也需要。会推荐给朋友。

这本书厘清了 平日大家的一些错误观念
，详细全面阐明身体真正需要的。已经介绍给周围很多人。

书很好的啊啊啊啊啊啊啊啊军火看看看

还是要活动时买划算。

之前一直关注着志红老师的微博和微信，她写的饮食文章很有用，出书了一定要支持

可以，感觉挺好的，好书。

老婆买的，做健康餐用的，听说很管用的好书！给个好评吧。

实用，饮食安全是最大的健康，这本书有这方面指导作用

正版图书 物流快 值得推荐

快递员给力的，包装也可以哦

书中有一句话说，肥胖是不知不觉吃出来的，就该不知不觉减下去。说的很对

到底为什么一定要十个字？

很好的书籍，非常实用并且通俗易懂，推荐购买！

好好好好好好好好好好好好好好好好

好好好好好好好好好好好好好好

还不错，火车上看看

京东买东西就是快！书的内容很不错，推荐购买。

活动期买果然划算

BBC的神作《食物的真相》大幅引用本书内容。值得一看的书。

作者核心提到了一件事情那就是“无意识瘦身”我感觉其实这就是减肥的最重要的一点

送给朋友备孕的，希望她调理好身体，有个健健康康的宝宝～

系统学一下饮食健康知识，为自己为家人

帮朋友买的，赶上活动，一次买了很多。

商品很好，物流给力，服务优质。

书包装完好，实价比标价低，值。快递及时送到家，赞。

包装很好，送货速度快，关键质量好哇

挺好的 挺好的 挺好的

快件收到。质量很好。

范老师的书每本都受益良多希望自己能越来越健康

东西不错，性价比超高～～

很好用啊，很喜欢！以后还会购买哦！

趁着活动机会，买着储备着，

可以，和当dang差不过！！

v京东购物方便快捷经济实惠值得信赖

不错哦，价格实惠还能用券买的。

一直关注范老师的微博，很是收益。

公司工会统一采购，只信赖京东，赞赞赞

很好的书。。。。

非常好。包装好，送货快。

不知道怎样的呀

还不错还不错

不错的书 值的购买，平时没有事情的时候就自己看看

内容很不错

吃得健康！

还未看

非常好！

内容不错

还没看

很好

不错

“网红”饮食健康博主，似乎不错，内容应该有干货吧

给力

好

11111111111111111111

买了不少东西，以前基

我为什么喜欢在京东买

植物性饮食革命 22天

书评

植物性饮食革命 22天改造身体、重塑习惯 [The 22-Day Revolution]_下载链接1