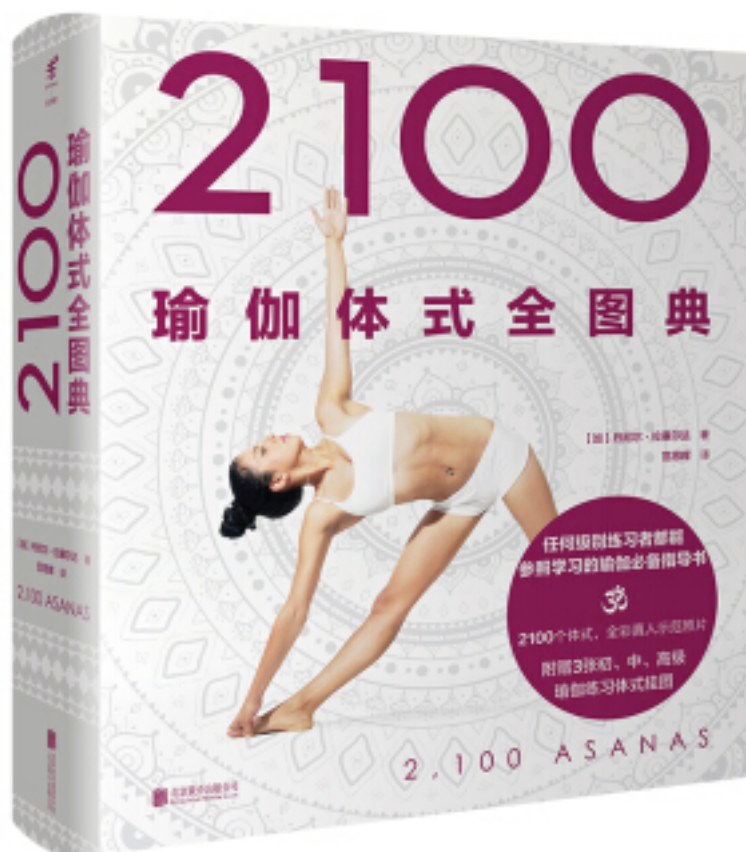


2100瑜伽体式全图典 [2,100 Asanas]



[2100瑜伽体式全图典 \[2,100 Asanas\]_下载链接1](#)

著者:[加] 丹尼尔·拉塞尔达 著，范思晖 译

[2100瑜伽体式全图典 \[2,100 Asanas\]_下载链接1](#)

标签

评论

很好 很喜欢 希望京东能够多搞一些优惠活动 这样就更有购物的积极性了

超实用超喜欢。一直想买正好618活动。马上拿下

图文配合得很好 很厚实的一本 从基础到进阶 很充分 不错的 书

一直想买的书终于打特价了，果断购买，值得推荐

瑜伽大全2100个体式，练瑜伽的值得拥有！

好厚，好重的一本书，很实用，赶上用卷，还优惠了些。

给对象买的，很全。这书太重，很有分量，纸张很好

刚刚收到书打开看了一下，里面有挺多动作的，感觉不错

这本书太好用了，很容易理解，很容易看得明，比较实用

书很是厚重，练习起来的话还是有点难度，慢慢摸索吧

很大的一本瑜伽书啊，体式很多，这下有的看了。

这个书真的不知道怎么拍照，一下买了好几十本，发货速度很快，值得信赖，期待下次合作。

图片和精美，但是每个体式的文字描述少。

此用户未填写评价内容

就是找一些图片凑到一起，简直就是垃圾书。我看就值20元

质量很好，京东自营的品质有保障。

大致翻阅了一下 整体还可以……

书本质量很好，但动作解析不到位，不太适合初学者

此书讲解很少，以动作为主，适合有瑜伽功底的人看！

还可以哟，挺不错的，努力练了

体式挺齐全，老婆喜欢。

最全姿势的瑜伽书，希望有一天可以达到那种境界！

很好，速度快，推荐购买。

纸质很好，印刷很漂亮的～

很厚一本，有点贵

物流很快，书籍很好，内容丰富，很喜欢！

刚买完就五折，申请了售后保价，没有到账

书特别赞，超厚一本，很全面，体式超级多多

很满意，每一章都是辛勤汗水的付出，点赞

书非常好，给媳妇买的，她很喜欢

单纯的体式，没有过多的详细解说

很全面。质量很好。快递员的服务态度非常好。很感谢。

好重的一本书，手都酸了，坐个电梯的功夫？

此用户未及时填写评价内容，系统默认好评！

很厚的书，希望自己有毅力能练完

体式非常全面，书的质量很好

老婆很喜欢，说学到了很多

特别喜欢

东西只有体式，不适合初级者

很好！

好好好

不错

好

一般

非常棒的一本书

书不错，很大很有质感，适合有一定基础和老师们看。

评价大于20元的商品超过10个字就有机会获得京豆

不错 就是没有瑜伽球的

动作偏难 纸质高 又大又厚

还没有看，但觉得应该不错，仔细看看。

很厚，很重的一本书，质量也很好，但是，没有瑜伽基础的初学者看起来还是费劲，一味地模仿会拉伤筋骨，要注意循环渐进学习。

不错！下次再买

贵哦

快递很快，书很好，师傅人不错。

性价比高，内容相当不错，好书

包装完好

非常好用，送货非常快相信京东一直在京东购买，非常好用，送货非常快相信京东一直在京东购买，非常好用，送货非常快相信京东一直在京东购买

我非常非常超级超级超级满意

书挺好的，值得购买。物流配送服务好，速度一如既往的快！

书已经寄到了，京东的速度非常好。而且赶上活动，很合适

帮小伙伴买的，她说很好，完美到达了

书不错，看网上介绍和朋友推荐购买。

非常厚重的一本书，对瑜伽专业人士有参考价值，普通爱好者就免了吧，毕竟不便宜，没有功法要点注意事项，盲目模仿会受伤。

便宜，正品，快递给力。。。。。。。。。。

这本书最贵了三百多，不知道咋样希望好

慕名而买，之前在书店看过，价格很贵没舍得买，京东搞活动5折价格，真的是便宜到爆

喜欢，努力学习

东西还不错，最主要送货快送货上门呀

书很超值，可以看很久很久了

好厚的一本书，质量不错，还没看应该很有用吧

印刷精美，彩图清晰!有这本书动作就全。

书的印刷质量非常完美，内容图片告知清楚。有助瑜伽动作的准确性。

特特特特特特特别大的一本书，买来以后发现专业性较强，只能慢慢看。

终于碰到一本好的体式集锦，可以看到人体活动极限，对人的锻炼与健康有良好的辅助作用。

很想象中的不一样

太棒了！可以堪称瑜伽辞典了都

这本瑜伽带有动作图案，使用起来非常的简单方便易懂，很厚实的一本书，正版，送货快，好评！

够大的书

真是很厚重 刚学 心血来潮 买了个大厚本 印刷装帧很好

好书！

京东的速度杠杠的没话说～ 就是没抢到图书券...300-120也行了

质量超好的书，很有帮助！

好，图片清晰，很实用！

好厚重的一本书

78896322544

瑜伽达人的首选哦

书很好，京东就是好，足不出户就可以买到很多东西

我的最爱就是瑜伽运动，可仔细看了看里面的动作，发觉我之前做的是假瑜伽，都好难啊！

太快了！京东真是神速！真没想到，昨天很晚才下单今天上午“宝贝”就到了。赶上返现和领优惠券，比原价便宜很多。书很厚，很沉，印刷精美，书中介绍全部了瑜伽体式名称及清晰彩图。随书还有初，中，高三张练习体式挂图。

是一本很好的瑜伽动作教程，就是太贵了。

体式比较多～ 细节没有写出来 需要有一定根基的才能看懂～

好多高难度的动作啊

不错，厚厚的，图片较多，很少文字，简单明了。好好研究

寻了很久才找到的书，在书店好难找得到。

质量很好，初学者不建议买，只有图片，没有讲解和要点。

挺不错的，很实用的咯！

书是密封的，但是内页有几页撕坏了，不影响阅读。

很厚 很喜欢这本书

够大够厚够值！

超级好书。很沉。值这个价格。。。。超级好书。很沉。值这个价格。。。。超级
好书。很沉。值这个价格。。。。超级好书。很沉。值这个价格。。。。超级好书
。很沉。值这个价格。。。。超级好书。很沉。值这个价格。。。。超级好书。很
沉。值这个价格。。。。超级好书。很沉。值这个价格。。。。超级好书。很沉。
值这个价格。。。。超级好书。很沉。值这个价格。。。。超级好书。很沉。值这
个价格。。。。

书里面的内容还是比较全的，而且解释的也很详细，不错，物有所值

物流配送快速安全，产品包装完整无缺。

不错哦，书质量很好很厚

超级无敌厚的一本书，还是不错的

不错，非常好的一本书！

非常喜欢的一本书，服务到位

非常实用的书，练习瑜伽体式的好帮手，值得拥有和分享

装逼宝典，又大又么有卵用，体式的介绍和讲解很肤浅，没有细致的可以学习，不过样子不错。

当个瑜伽体式字典吧

很全很高大上，慢慢练，希望几年后能达到很高的水平。

书的质量还行，内容动作丰富，就是动作解说太简单了，折扣价买的，算是比较实惠吧

京东神速。瑜伽书中的体式全面，图片清晰，可学习，可欣赏。

概括的很全面，不错

难度好高～做不到～

好好好好好好

超多瑜伽姿势,非常喜欢.

物流快，包装好，质量佳，图片很清晰。不错不错！这本书很好，推荐。

很厚的书，当然也很贵，里面的体式很多，但讲解很简单

很厚重的一本书，比想象的要厚的多，非常喜欢加满意！

京东活动给力，书本印刷质量好，包装好，很给力。

书本质量和内容都很不错

不错，就喜欢这种带姿势图片的瑜伽书，好多人说太过简单，没有介绍过程，我倒是更喜欢这种，自己看图片做出来姿势，简单明了，因为初始发明瑜伽运动的人也是摸索的，而且自身做出这个姿势的过程中肯定会找出身体最合适的做法。就是买书有点心急了，没有等到活动力度大的时候买，买贵了几十块钱。

好书。物流快递都很快速

加拿大人编的体式集

纸张印刷都很好，体式讲解有些简单，更全面些就好了。

习惯好评！！！！！！

努力学习，天天向上！每天一点点，养成阅读的习惯。唯有书和时光不可辜负。生活精神上，一起进步

还没有来得及看，习惯性好评，肯定不会太差

实惠做活动超低价

书很好，活动很给力，可惜没抢到券

非常好！质量好！物流超快！

还不错，很厚的一本书，纸张也好，唯一缺点每一体式没有详细讲解。

非常喜欢的一本书，纸质不错，内容也极品，京东送货给力，非常赞的一次购物！

很喜欢，满意。

书还未看，京东的物流不错

不错，价格比较便宜。。。。

更棒的一本书 这个价买到真的很惊喜！京东送货很强大！继续支持！

不错。更适合有一定基础的人，学习提高。

很喜欢 很实用 希望京东能够多搞一些图书优惠活动

是太贵但买来凑合看看

早就想收集瑜伽动作大全了 今天是个机会 所以就买了

实用

[2100瑜伽体式全图典 \[2,100 Asanas\]_下载链接1](#)

书评

[2100瑜伽体式全图典 \[2,100 Asanas\]_下载链接1](#)