## 八分钟练功法



作者:司徒杰著

出版社:上海:上海中医学院出版社

出版日期: 1989.11

总页数: 108

介绍:本书介绍的八分钟练功法简明易学,指导读者将气功的三要素:调身、调息、调神三者统一起来,开发人体潜在的功能,有效地起到强身和防治疾病的作用。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/10094261.html) 查找全本阅读方式

八分钟练功法 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/10094261.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/10094261.html

书名: 八分钟练功法