

二十四节气养生经



作者：中图养生文化研究中心编著

出版社：开封：河南大学出版社

出版日期：2004.01

总页数：410

介绍：本书以中国古代“天人合一，顺应四时”的养生法则为基础，重点介绍了季节变换、节气交替中的养生方法，其中收录了古代最行之有效、最有价值的养生功法及食疗方剂，并结合现代一些科学的食疗理论及锻炼方法。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/11323573.html>）查找全本阅读方式

二十四节气养生经 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/11323573.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/11323573.html>

书名：二十四节气养生经