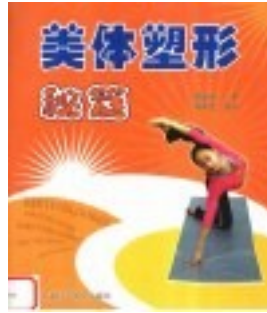


# 美体塑形秘笈



作者：潘国建著/摄影

出版社：上海：上海科学普及出版社

出版日期：2007.01

总页数：139

介绍：本书采用了丰富的图片资料，通过柔韧性练习、球操和器械练习，以塑造形体、建立美感、提高自信心、发展身体素质，指导人们特别是爱美的女性进行系统的、科学的美体塑形锻炼，促进健身运动的普及。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/11997175.html>）查找全本阅读方式

美体塑形秘笈 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/11997175.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/11997175.html>

书名：美体塑形秘笈