## 平衡养生10堂课



作者: 赵承勇编著

出版社: 杭州: 浙江科学技术出版社

出版日期: 2010.01

总页数: 218

介绍:生命在于平衡,平衡才能健康长寿,失衡就会生病。现代生活在带给人们无尽的新鲜与刺激、精彩与快乐的同时,却打破了人类健康固有的自然平衡——很多人感到精疲力竭、烦躁不安、郁闷沮丧……本书以健康平衡理论为核心,以平衡生活为基点,诠释了健康养生的新概念——平衡养生,告诉你如何在遵循平衡法则的基础上,通过平衡生活,享受健康生命的精彩。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/12414808.html) 查找全本阅读方式

平衡养生10堂课 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/12414808.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/12414808.html

书名:平衡养生10堂课