真腰瘦! 肥女变魔豆



作者: 可蓝著

出版社:南宁:广西科学技术出版社

出版日期: 2010.07

总页数: 175

介绍:6年,85kg的肥女可蓝成功甩肉35kg,成为台湾当红性感模特,被誉为"减肥魔女"!可蓝亲身试验近百种减肥法,精选出有效又健康的六大腰瘦排行榜,你不必牺牲健康、放弃美食、饱受委屈,更不用浪费时间、金钱与体力,便能依据自己的体质、喜好与作息,享"瘦"成功不复胖。可蓝大方分享这场"肉搏血泪拉锯战",除了自曝小时候的爆笑趣事,重点是教你正确的减肥态度与步骤,这次保证不再让你萌生退意!瘦下来之后,可蓝还要教你如何维持健康好身材,拒绝小肉肉再度上身!

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/12616632.html) 查找全本阅读方式

真腰瘦! 肥女变魔豆 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/12616632.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/12616632.html

书名: 真腰瘦! 肥女变魔豆