## 每周2天轻断食,瘦身不减胸



作者: 宋侑璇著

出版社:福州:福建科学技术出版社

出版日期: 2016.01

总页数: 143

介绍:本书共分为五章,主要内容包括:其实你不是天生胖!99%的人"不断胖",都是因为"不断"食、现在你可以不再胖!只要周一和周四"轻断食",就能甩油减重、动手做有效的减肥餐!54道减重专用3D"轻断食"料理大公开让你越吃越瘦等。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/13935628.html) 查找全本阅读方式

每周2天轻断食,瘦身不减胸 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/139356 28.html

## 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13935628.html

书名:每周2天轻断食,瘦身不减胸