二分养身 八分养心



作者:何裕民编著

出版社:长春:吉林科学技术出版社

出版日期: 2016.09

总页数: 239

介绍:本书从饮食、运动、美容、心理、生理以及环境等各个方面,介绍了适合不同年龄阶段和不同职业的人保持身体健康的二八法则。主要内容包括:二分酸八分碱,从此不用去医院;二分细八分粗,均衡饮食最健康等。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/14252148.html) 查找全本阅读方式

二分养身 八分养心 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/14252148.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/14252148.html

书名: 二分养身 八分养心