

《你这辈子到底能不能瘦一回！！》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2011年11月01日

开本：32开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787533035969

编辑推荐

推荐“享瘦”阅读：

[10分钟瘦腿美腿：超完美水润纤腿养成术。](#)

[7日瑜珈强效减肥：7天摆脱肥胖，天天“享瘦”的瑜珈瘦身法。](#)

申思所著，郑羽明手绘的《你这辈子到底能不能瘦一回》作者现身说法，讲述二十天瘦十斤的减肥心酸血泪史。每个胖子都是潜力股，但每个潜力股都是有时限的，这一点你又知不知道？你很想吃吗？问问自己是胃想吃，还是心想吃。

内容简介

炸鸡就是吃不够吗？饮料一天不喝就觉得会死吗？白开水就那么没味道吗？晚上睡前还要吃泡面吗？这些东西对你来说不仅仅是垃圾食品，而是像毒药一样腐蚀着你的身体和内心世界！！！！你现在是个死胖子，以后也是个死胖子！！现在连墓地都涨价了，你死了以后和别人挤在一起大家都嫌弃你！

目录

前言

Part 1 写在开始减肥之前

你减了多少次肥了？

你现在还确定自己真的不需要减肥吗？

你身边那些阴险的瘦子都在想什么？

你身边那些不怀好意的同事都在想什么？

吐槽十三姨的死胖子人生！

真相永远只有一个！

越减越肥的各位，十三姨告诉你这是为什么！

Part 2 控制体重，从这里开始

你真的想瘦吗？

最后一个谎言

想减15斤的看这里——你需要做的准备

想减10斤的看这里——你需要做的准备

[显示全部信息](#)

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

[更多资源请访问www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)