

《14天美容新兵训练营》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2004年06月01日

开本：

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787543317338

丛书名：美丽人生系列丛书

编辑推荐

本书介绍了一般常用的化妆方法，展示了许多模特们常用的秘密技巧。你会努力向自己的目标迈进。伴随着你不断地保持有利美容的健康饮食，使自己变得越来越有条理。日益加强的自尊，会使你的整个生活都发生变化。

内容简介

参加美容新兵训练营，14天重塑一个更美的你！仅在2周内，你就可以在美国最受欢迎的美容专家黛安·阿伦的指导下改头换面，发现快乐！

想知道省时、省钱的美容技巧吗？想知道美丽出众的秘密武器吗？

不要犹豫，马上和黛安一起进行14天的训练吧！

目录

前言

译者前言

美容新兵训练营食谱

第1天 首要任务

第2天 为取得成功做好准备

第3天 基本训练1

第4天 基本训练2

第5天 掩饰缺陷的技巧

第6天 控制好心态

第7天 重新评价自我

第8天 随身锦囊

第9天 养成好习惯

第10天 自我防范

第11天 小心化妆品中的化学药品

第12天 计划好美容的开销

第13天 秘密武器

第14天 保持训练成果

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)