

# 《婚前美肤倒计时90天（全彩）》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2013年01月01日

开本：24开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787121188015

## 内容简介

步入婚姻的殿堂是女人一辈子最重要的时刻，这一天一定要美丽动人地出现在众人面前。可是如果不注意身体护理，皮肤粗糙，长斑，身体疲惫，面临越来越近的大喜日子，怎能不着急？这本书就为准新娘们而准备，从倒计时90天、60天、30天分阶段，从内养、饮食、运动、外养全面调养，让准新娘信心满满地面对拍摄婚纱的镜头和婚礼当天的盛大典礼。

## 目录

### 一 婚前90天美肤，写好爱的开场白

#### Part1.最佳新娘 & 最美新娘

- 1.从头到脚检视，你的肌肤具有新娘气质么
- 2.六大硬标准，完美新娘肌肤新标杆
- 3.深度调养，准新娘当然要面如桃花
- 4.五类新娘肌，不同的护肤小秘密
- 5.重获完美素肌，首先摒弃错误护肤法

#### Part2.精准护肤计划，让幸福没一点瑕疵

- 1.4个简单小测试，找到肌肤核心问题
- 2.严格执行90天美肤计，最美新娘就是你
- 3.婚前美肤倒计时，90天晶莹美肌推进表

### 二 美肤倒计时90~60天，减压排毒+基础护肤

#### Part1.内养美肤——由内而外拯救你的基础美肤危机

- 1.调节荷尔蒙，让肌肤瞬间稳定起来

[显示全部信息](#)

## 前言

每个女人会因为马上要步入婚姻，心理和生理上都会有变化，从而起因皮肤问题。而面子问题是婚礼上的大麻烦，因此准新娘就需要这方面的指导书。本书区别于其他美容书，除了针对准新娘的美肤，也特别针对准新娘特定读者，增加了附录，讲解挑选婚纱和首饰，让准新娘从里到外光艳照人。除了针对准新娘的美肤，也特别针对准新娘的这个

特定读者群，增加了附录，讲解挑选婚纱和首饰，让准新娘从里到外光艳照人。

## 在线试读部分章节

### 严格审视：脸部

准新娘的脸部肌肤应该看起来莹润光泽，嫩白清透。如果你肤质基础比较差，毛孔比较粗大，肤色比较暗哑，脸部还生有小细纹和斑点，痘痘也时不时出来冒一下，那么，你的肌肤状况就比较糟糕了，在婚前的90天就应展开系统的护理，否则，必然会对你期待已久的完美婚礼造成“阴影”哦。

### 严格审视：眼部

灵动的美目最能表达出婚礼现场新娘娇羞的神情，可是在忙碌的生活中，你可能没有那么多时间细心注意到眼部肌肤问题，对着镜子查看一下，如果你的眼部肌肤有点暗沉，细纹也清晰可见，黑眼圈和眼袋看起来也比较明显，有以上问题的准新娘们，必须在婚礼前的90天就开始着手处理这些小问题，否则以这样的眼部肌肤状况，怎么能让你在婚礼上绽放飞扬的神采呢？

### 严格审视：手部

用来佩戴闪亮婚戒的双手也是肌肤护理的重点对象，将两手交叠，轻轻触摸一下手背、手心的肌肤，你的手部肌肤是否足够白皙细嫩呢？指缘两边的老化角质是否过于厚重？指甲后缘部位是否有不“和谐”的倒刺？在这种情况下，手部肌肤的护理必不可缺，只有进行细心呵护，才能让手部肌肤重获柔嫩亮A的状态哦。

……  
P8

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)