

# 和谐中原植物露酒养生之道

产品名称	和谐中原植物露酒养生之道
公司名称	河南和谐中原酒业营销中心
价格	298.00/个
规格参数	品牌:和谐中原
公司地址	河南省信阳市固始县春水路中段
联系电话	0376-4961699 13383976593

## 产品详情

和谐中原植物露酒厂家秉承中医养生之道，遵从养生“十要”，研制出和谐中原植物露酒，它不同于其他补肾壮阳的保健品，和谐中原植物露酒致力于打造国际养生品牌，其不仅能够固本培元，提升肾动力，还能起到其他养生品具有的功效。古有众多养生之道：

1. 顺时摄养，是指顺应四时气候、物候变化的规律，从精神、起居、饮食、运动诸方面进行综合调摄的养生方法。
2. 调摄精神，是指采用各种心理调节技术以保持心理平衡，维护和增强心理健康。历代养生家十分重视精神的调摄，将其视为养生寿老之本法，防病治病之良药。
3. 起居调摄，起居调摄主要是指对日常生活的各个方面进行科学合理的安排，使其符合卫生要求，有序有度。
4. 饮食调养，饮食调养，是指依据中医理论调整饮食，注意饮食宜忌，合理地摄取食物，以增进机体健康，抗衰延寿的方法。
5. 运动锻炼，生命在于运动，传统养生亦十分重视运动。从古至今，我国创立了形式多样、种类繁多的运动健身方法，如五禽戏、太极拳、易筋经、八段锦、各种气功以及武术运动，还有紧跟时代潮流的广场舞等各项活动。

这些活动同样能强身健体，使人延年益寿，但是在高速发展的现代社会，和谐中原植物露酒让你每天轻轻松松，不用想着工作之余还要有大量的运动就能拥有健康的体魄。