

> *Ziołolecznictwo Odchudzanie i detoks*

## Ziołolecznictwo Odchudzanie i detoks



Odchudzanie  
i detoks



Model : 9788380384163

Ziołolecznictwo Odchudzanie i detoks

Producent : -

Ziołolecznictwo Odchudzanie i detoks, Kępa Marta, Arystoteles 2020 □ Dobra dieta nie oznacza głodzenia się i rezygnacji z ulubionych potraw. Oznacza przyjmowanie właściwych, wartościowych pokarmów, dzięki którym organizm zacznie lepiej funkcjonować. Na diecie nie trzeba „być”. Należy ją wprowadzić już na stałe do swojego życia w formie zmiany nawyków żywieniowych oraz odpowiedniego podejścia do zdrowia fizycznego i psychicznego. Nieprawidłowo zbilansowana dieta, niewielka aktywność fizyczna, współistniejące choroby, zaburzenia kondycji psychicznej to tylko kilka czynników zwiększających ryzyko gromadzenia się nadmiernej ilości tkanki tłuszczowej. W książce tej znajdziemy cenne porady, mówiące o tym: w jaki sposób dbać o zdrowie, czym zastąpić wysokoenergetyczne i wysoko tłuszczowe posiłki, czego unikać, a czym się wspomóc, dążąc do wymarzonej figury, na czym polega mądry i skuteczny detoks □ □ □ □

**Cena : 4,40 zł Brutto ( 4,19 zł Netto)**

*Dostępność: Produkt dostępny w naszym sklepie od 27 May 2020*