

Link do produktu: <https://www.muzykabezoplat.com/jama-ustna-klucz-do-zdrowia-p-877.html>



Jama ustna - klucz do zdrowia

Cena	38,88 zł
Cena poprzednia	49,40 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Numer katalogowy	victorel_4532
Kod EAN	9788365846723

Opis produktu

Jama ustna - klucz do zdrowia - Gerald P. Curatola Diane Reverand

KUPUJĄC TĘ KSIĄŻKĘ PŁYTĘ CD Z MUZYKĄ OTRZYMASZ GRATIS!

Program Autora przywraca równowagę mikrobiomu i redukuje niszczące zdrowie stany zapalne. Osiąga to dzięki diecie, suplementom, ćwiczeniom fizycznym oraz obniżeniu poziomu stresu. Plan żywienia rozpisany na cztery tygodnie oraz pięćdziesiąt przepisów na przepyszne dania przekonają czytelnika, że jedzenie sprzyjające równowadze może być wyjątkowo przyjemne. W książce znajdują się też plany suplementacji na każdy etap programu, dwa zestawy intensywnych ćwiczeń, na które wystarczy poświęcić jedynie kwadrans dwa razy w tygodniu, techniki relaksacyjne oraz pozycje jogi zwalczające stany zapalne. Bezpiecznie i skutecznie zrestartujesz swój organizm i odzyskasz kontrolę nad zdrowiem. A co najważniejsze, zabezpieczysz się przed śmiertelnie poważnymi chorobami.

Od ust do zdrowia!

- EAN 9788365846723
- ISBN 978-83-65846-72-3
- Rok wydania 2018
- Numer wydania 1
- Format 14,5 x 20,5 cm
- Ilość stron 384
- Oprawa miękka