



## Psychologia odchudzania

Cena	<b>34.00 zł</b>
Dostępność	<b>produkt dostępny</b>
Numer katalogowy	<b>9788389375759</b>
Kod EAN	<b>9788389375759</b>
Producent	<b>KOS</b>
Autor	<b>Nikołaj Szerstiennikow</b>

### Opis produktu

Książka prezentuje unikalną i nie mającą żadnych analogii metodę korygowania wagi ciała i figury. Proste i zrozumiałe ćwiczenia pomogą wszystkim zainteresowanym w szybki i efektywny sposób poprawić swój wygląd, wagę ciała oraz ukształtować nową sylwetkę, pozbyć się chorób, skierować energię spalonego tłuszczu na dodatkowe odżywianie ważnych narządów ciała, a także przywrócić młodzieńczą lekkość, świeżość spojrzenia i przeżywania.

Ćwiczenia proponowane w tej książce są łatwe, przystępne dla wszystkich, przynoszą bardzo szybkie efekty, pomagają w kontrolowaniu procesu odchudzania i w osiągnięciu optymalnego połączenia wymiarów i wagi ciała, a w rezultacie przywracają zdrowie, dobry nastrój i radosne postrzeganie świata.

Pozostałe informacje (w formacie PDF):

[Wstęp](#)

[Spis treści](#)

[Przykładowy fragment książki](#)

[Zakończenie](#)

ISBN: **83-89375-75-3**

liczba stron: **156**

format: **A5**

oprawa: **miękka**