

Tags: Omstart : för en starkare, renare och friskare kropp ladda ner pdf e-bok; Omstart : för en starkare, renare och friskare kropp las online bok; Omstart : för en starkare, renare och friskare kropp e-bok apple; Omstart : för en starkare, renare och friskare kropp epub books download; Omstart : för en starkare, renare och friskare kropp bok pdf svenska; Omstart : för en starkare, renare och friskare kropp MOBI download

Omstart : för en starkare, renare och friskare kropp PDF E-BOK

Karin Björkegren Jones



Författare: Karin Björkegren Jones

ISBN-10: 9789155264307

Språk: Svenska

Filstorlek: 3722 KB

BESKRIVNING

Det är många saker som behöver stämma i vår kropp för att vi ska må bra och känna oss balanserade. Vårt fantastiska lymfsystem har en central, men ofta förbisedd, del i detta. Genom att ta hand om det bättre och undvika stress kan man bland annat stärka sitt immunförsvar, bli av med sömnbesvär och celluliter samt gå ned i vikt. Här förklarar Karin Björkegren Jones på ett inspirerande sätt hur allt hänger ihop och hur vi kan må bättre genom att ta hand om vår kropp. Med hjälp av massage, andningsövningar, hudvård och rätt kost kan vi boosta hela vårt system och få en välbehövlig omstart. Karin Björkegren Jones är journalist, yogalärare, utbildad lymfmassör och en välkänd hälsoprofil. På den populära bloggen Yoga, mat och meningen med livet har man kunnat läsa om den cancerdiagnos hon fick 2012, med bland annat lymfödem som följd. Hon har även nått många läsare med sina omtyckta böcker Knip för bättre hälsa, Frisk och strålande hy på naturlig väg, 21 dagar till ett lättare och friskare liv och Yoga - fysisk och själslig detox.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

När kroppen kraschar: Omstart : för en starkare, renare och friskare kropp

Det är många saker som behöver stämma i vår kropp för att vi ska må bra och känna oss balanserade. Genom att ta hand om lymfsystemet bättre kan vi stärka ...

Omstart - för en starkare, renare och friskare kropp av Karin ...

Köp 'Omstart : för en starkare, renare och friskare kropp' bok nu. Det är många saker som behöver stämma i vår kropp för ...

Omstart - för en friskare, renare, starkare kropp - Lymf S

Omstart för en starkare, renare och friskare kropp : boosta lymfsystemet - få ett bättre immunförsvar och ökat välbefinnande

OMSTART : FÖR EN STARKARE, RENARE OCH FRISKARE KROPP

LÄS MER