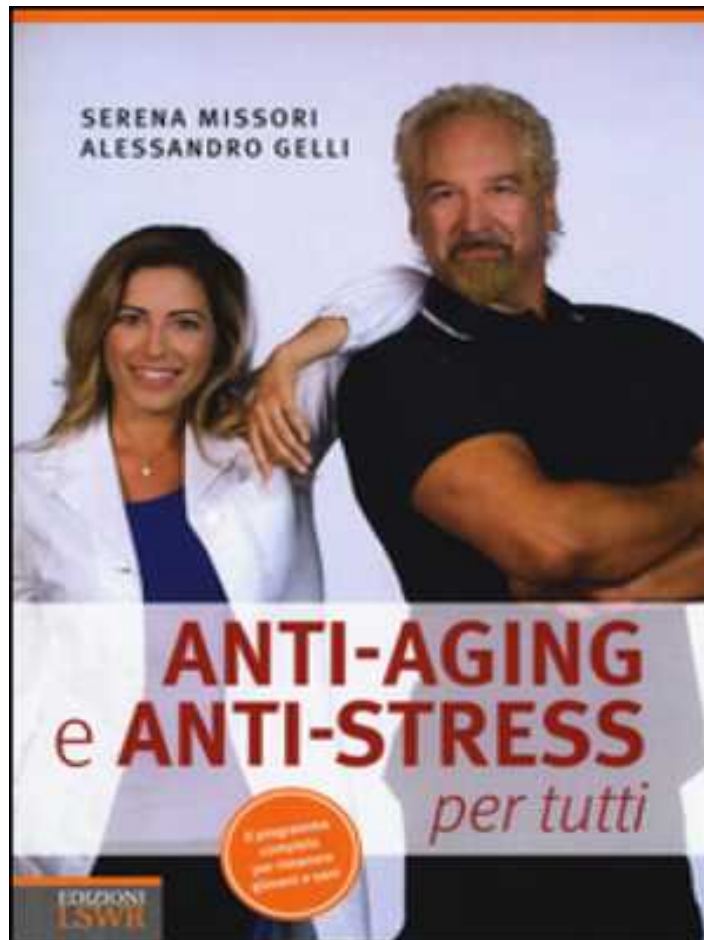


Anti-aging e anti-stress per tutti PDF

Serena Missori



Questo è solo un estratto dal libro di Anti-aging e anti-stress per tutti. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Serena Missori
ISBN-10: 9788868953997
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 1050 KB

DESCRIZIONE

Rimanere giovani, forti, in salute e pieni di energia è un desiderio di tutti. Riuscirci dipende da come ogni giorno si affronta la vita in alcuni aspetti cruciali, dalla gestione dello stress all'alimentazione, dalla cura della persona all'attività fisica e sessuale. Lo scopo del sistema Anti-Aging e Anti-Stress di Serena Messori e Alessandro Gelli è favorire il buon funzionamento del corpo e della mente, prevenire e contrastare le malattie connesse a stress e aging, favorire una migliore performance. Il tutto mediante consigli e strategie da applicare ogni giorno e che entreranno a far parte del tuo stile di vita, con benefici sempre apprezzabili. Sulla base delle caratteristiche uniche del tuo psico-biotipo, che potrai scoprire grazie a un auto-test dettagliato, il sistema Anti-Aging e Anti-Stress ti aiuterà a: gestire in modo pratico lo stress, mangiare con gusto scegliendo cibo funzionale Anti-Aging, riequilibrare il GUT-microbiota, migliorare la vita sessuale e la performance psico-fisica, tonificare i muscoli e dimagrire, migliorare la qualità del sonno, ridurre le rughe e la cellulite.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Anti Aging E Anti Stress Per Tutti è un libro di Missori S. Gelli A. edito da Lswr a ottobre 2016 - EAN 9788868953997: puoi acquistarlo sul sito HOEPLI.it, la grande ...

Trova le offerte migliori per LIBRO ANTI AGING E ANTI STRESS PER TUTTI SERENA MISSO ALESSANDRO GELLI su eBay. Il mercato più grande del mondo.

Si intitola "Anti-Aging e Anti-Stress per tutti" l'ultimo libro che ho scritto insieme al Prof. Alessandro Gelli, dedicato all'ottimizzazione del buon funzionamento ...

ANTI-AGING E ANTI-STRESS PER TUTTI

[Leggi di più ...](#)