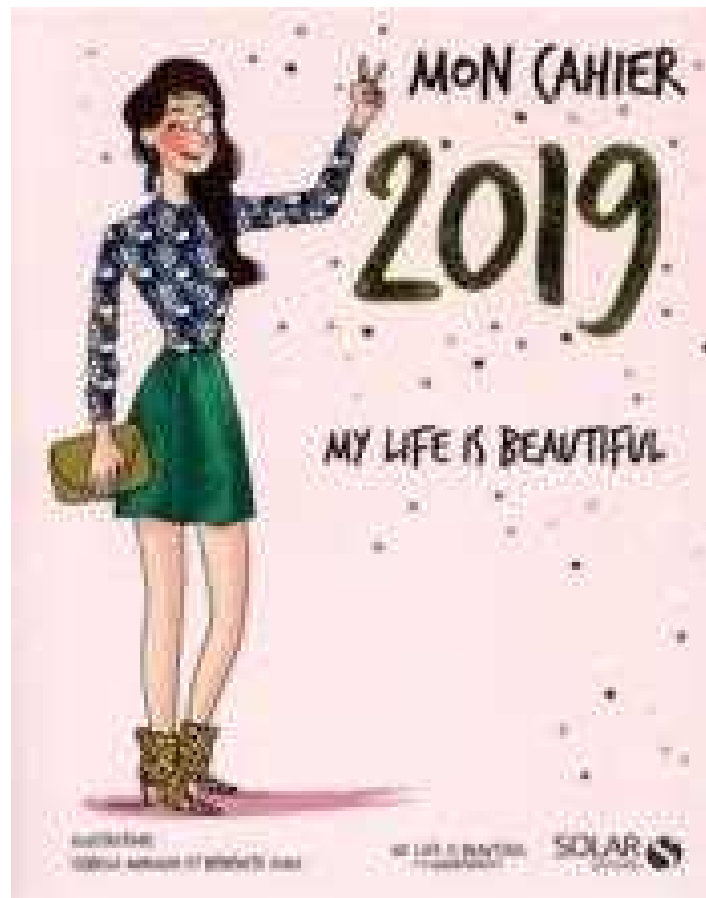


Mots clés: telecharger MON CAHIER ; my life is beautiful (édition 2019) pdf, MON CAHIER ; my life is beautiful (édition 2019) mobi, MON CAHIER ; my life is beautiful (édition 2019) epub gratuitement, MON CAHIER ; my life is beautiful (édition 2019) torrent, MON CAHIER ; my life is beautiful (édition 2019) lire en ligne.

MON CAHIER ; my life is beautiful (édition 2019) PDF

Voile, Benedicte ; Maroger, Isabelle



Ceci est juste un extrait du livre de MON CAHIER ; my life is beautiful (édition 2019). Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Voile, Benedicte ; Maroger, Isabelle

ISBN-10: 9782263157172

Langue: Français

Taille du fichier: 1062 KB

LA DESCRIPTION

Au programme : 1 semaine par double-page, avec une illustration rafraichissante et une petite phrase malicieuse et boostante. Chaque semaine : 1 conseil beauté (peau, cheveux, ongles, look) + 1 conseil sport minceur, nutrition (recette, conseil minceur, conseil vitalité) + 1 conseil bien-être (soin cocooning, pensée positive, antistress...). 1 to do list, pour être super organisée et ne rien oublier. 1 challenge perso : tester quelque chose de nouveau, réussir un projet... 1 planning sport, pour bien visualiser son programme d'entraînement et tenir ses objectifs. Le moment #Mylifeisbeautiful de la semaine, un espace où écrire sa meilleure soirée, son meilleur moment de la semaine. 1 espace to do list et wish list (bonnes adresses brunch/resto, sortie expo/ciné, shopping, pause bien-être). Le calendrier du mois en vignette. Chaque mois : 1 test.... Lire la suite 1 focus tendance forme ou bien-être, avec le meilleur des sports (pilates, yoga, fitness, running), le meilleur de la nutrition (détox, veggie, sans gluten, sans sucre, green smoothies) et le meilleur du bien-être (pensée positive, antistress, méditation, aromathérapie).

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Ces informations sont à destination exclusive des maisons d'Edition du Groupe EDITIS et seront conservées pendant 3 ans à ... Mon cahier 2019 My life is beautiful.

La collection Mon Cahier au meilleur prix à la Fnac. ... livraison prévue à partir du 7 mars 2019 ... Mon cahier 2018 - My life is beautiful.

Ces informations sont à destination exclusive des maisons d'Edition du Groupe EDITIS et seront conservées pendant 3 ans à ... Mon cahier 2019 My life is beautiful.

MON CAHIER ; MY LIFE IS BEAUTIFUL (ÉDITION 2019)

[Lire la suite...](#)