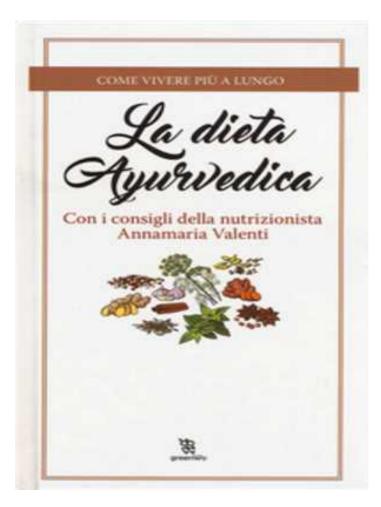
La dieta ayurvedica PDF

Annamaria Valenti



Questo è solo un estratto dal libro di La dieta ayurvedica. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Annamaria Valenti ISBN-10: 9788865088449 Lingua: Italiano

Dimensione del file: 3370 KB

DESCRIZIONE

Più che una dieta, una filosofia di vita, basata sull'antica scienza medica indiana. Adatta a chi pensa che l'equilibrio tra corpo e anima abbia inizio a tavola. La dieta corta o lunga e le sue origini, i consigli per mantenere la forma fisica, il diario per gli appunti del mese, i benefici a lungo termine e la bilancia di ogni settimana.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Dall'antica medicina indiana 3 programmi "su misura" per dimagrire e tornare in piena forma. Trova la tua dieta ayurvedica e il risultato è sicuro

Il cibo: la più antica medicina dell'uomo. " Swasthasya Swasthya Rakshanam Aaaturasya Rogaprashamanam Cha" Per condu

Percorso alimentare fatto di equilibrio, sapori ed energia, la dieta ayurvedica conferisce ai pasti un'importanza quasi sacrale per il benessere psicofisico.

LA DIETA AYURVEDICA

Leggi di più ...