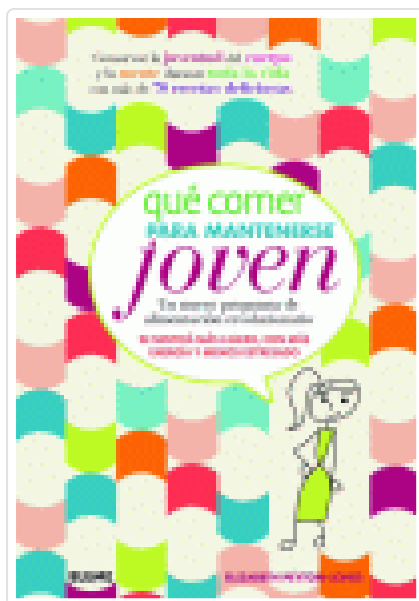


## QUE COMER PARA MANTENERSE JOVEN



PEYTON-JONES, ELIZABETH

### SINOPSIS

Un programa para conservar la juventud del cuerpo y de la mente durante toda la vida, con más de 70 recetas deliciosas. Un plan de alimentación con los cinco productos que ejercen un efecto rejuvenecedor para sentirse más ligero, con más energía y menos estresado. Incluye un programa de desintoxicación en profundidad de 2 semanas de duración; a los 30 días se sentirá lleno de energía; a los 3 meses se encontrará cinco años más joven. Una guía sensacional para ayudarle a sentirse, a vivir y a tener un aspecto más joven. Deje de lado los rellenos y los liftings faciales: el modo más eficaz para quitarse años de encima en lo que respecta a su aspecto consiste, tan sólo, en cambiar su alimentación. El libro se inicia con información sobre los procesos y los alimentos que más envejecen, y a continuación destaca los cinco alimentos que ejercen un efecto rejuvenecedor en el organismo. El núcleo del libro es un programa de desintoxicación en profundidad de dos semanas, seguido del programa de alimentación de Elizabeth. Incluye recetas deliciosas así como estrategias y consejos para mantenerse concentrado en sus objetivos. á á ...



Editorial	BLUME. NATURART, S.A.
Materia	BIENESTAR Y SALUD
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788415317104
Status	Descatalogado
Encuadernación	Otros
Páginas	160
Tamaño	170xx mm.
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	6,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	06/02/2013

Títulos relacionados



BUENA EDAD, UNA COMFORT



BUENA EDAD, UNA (CARTONE) COMFORT



SETAS GNB GRUNERT



SETAS GNB RUSTICA GRUNER