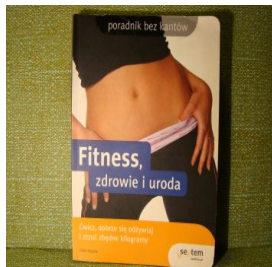


Uroda i zdrowie > FITNESS, ZDROWIE I URODA ; ELLEN KARPAY

FITNESS, ZDROWIE I URODA ; ELLEN KARPAY



Model : -

FITNESS, ZDROWIE I URODA ; ELLEN KARPAY

Producent : -

Na pewno doceniasz ruch i zdrowie, a przez głowę przemknęła Ci myśl, że powinieneś popracować nad kondycją. Chyba nie trzeba Cię przekonywać, że efekty są warte wysiłku -- zaczniesz mniej przejmować się kaloriami, nabierzesz sportowej sylwetki, wyładujesz stres i nerwy, bóle głowy z niedotlenienia znikną jak ręką odjął, uodpornisz się na przeziębienia i tak dalej. Same korzyści i przyjemności! Na początku ciężko jest się przemóc i zacząć ćwiczyć. Jednak kiedy tylko zrobisz pierwszy krok, ćwiczenia fizyczne staną się dla Ciebie czymś tak naturalnym jak śniadanie -- bez nich będziesz czuć niedosyt.

Pozycja wydana przez Helion w 2007 roku. Stron 360. Okładka miękka, laminowana z niewielkim przytarciem krawędzi. Blok w stanie bardzo dobrym.

Cena : 22,00 zł Brutto (22,00 zł Netto)

Dostępność: Produkt dostępny w naszym sklepie od 14 lipca 2015