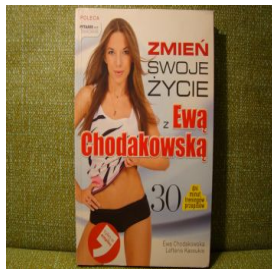


Uroda i zdrowie > ZMIEŃ SWOJE ŻYCIE Z Ewą CHODAKOWSKĄ ; EWA CHODAKOWSKA i LEFTERIS KAVOUKIS

ZMIEŃ SWOJE ŻYCIE Z Ewą CHODAKOWSKĄ ; EWA CHODAKOWSKA i LEFTERIS KAVOUKIS



Model : -

ZMIEŃ SWOJE ŻYCIE Z Ewą CHODAKOWSKĄ ; EWA CHODAKOWSKA i LEFTERIS KAVOUKIS

Producent : -

 "Zmień swoje życie z Ewą Chodakowską" to książka, która zawiera wyjątkowy, kompleksowy program miesięcznej metamorfozy podzielony na 30 dni: 30 treningów po 30 minut oraz 30 jadłospisów. Jego autorką jest najpopularniejsza polska trenerka fitness i trenerka personalna, Ewa Chodakowska. Jej oryginalne plany treningowe oraz programy ćwiczeń wydane na DVD pomogły zmienić życie tysiącom kobiet. Ewa Chodakowska zaraża radością, optymizmem i pasją. Zachęca do dbania o formę nie tylko przez treningi, ale również przez odpowiednią, zbilansowaną dietę.

W książce "Zmień swoje życie z Ewą Chodakowską" czytelnicy znajdą dokładne instrukcje dotyczące treningów, zilustrowane fotografiami oraz przepisy na zdrowe posiłki.

Gotowi na podjęcie wyzwania? Z Ewą Chodakowską na pewno się uda!

Pozycja wydana przez KE Liber w 2013 roku. Stron 286. Okładka miękka, broszurowa ze skrzydełkami z minimalnym przytarciem krawędzi. Blok w stanie bardzo dobrym.

Cena : 16,00 zł Brutto (16,00 zł Netto)

Dostępność: Produkt dostępny w naszym sklepie od 19 maja 2016