



# 10 Thousand Steps A Hungarian Bookstore

*10 Thousand Steps Hungarian Bookstore/Tízezer Lépés Magyar Könyv*

## Mit egyek?

Egységár (darab): \$19.50



Az információk milliói állnak rendelkezésünkre a modern technika lehetőségeinek köszönhetően könyvek, internet, filmek formájában. Mégis egyre tanácstalanabbak vagyunk abban hogy milyen étrend, életmód, testedzés, nutríció a számunkra legelőnyösebb. Mit együnk, hogyan őrizzük meg egészségünket, hogyan előzzünk meg betegségeket? Ez a könyv az információk rövid, könnyen érthető összefoglalását tartalmazza, a testi, lelki típusnak megfelelő étrend, életmód tanácsokat, a vitaminok és gyógynövények ésszerű használatára vonatkozó tanácsokat, amellet a holisztikus szemszögből nézett fogyókúra, a természetes bőrápolás, aromaterápia és házipatika, ajánlatait.

[Eladó tulajdonságai](#)

**Vásárlói vélemények:**Még senki sem nyilvánított véleményt erről a termékről.

Kérjük, jelentkezzen be és írja meg a véleményét.