

Mądre odchudzanie

Ściąganie książek pdf



Górnicka Jadwiga

Mądre odchudzanie Górnicka Jadwiga pobierz PDF Jak skutecznie schudnąć i zachować ładną sylwetkę? Jak uniknąć efektu jo-jo? Co to znaczy zdrowe odżywianie? W książce czytelnik znajdzie odpowiedzi na te i inne pytania, a także przepisy na skuteczne diety, program ćwiczeń odchudzająco-wzmacniających i porady na temat pielęgnacji ciała podczas odchudzania.

Wszystkie książki. 30 dniowy okres próbny



Pobierz książkę pdf, księga pdf, książka pdf.