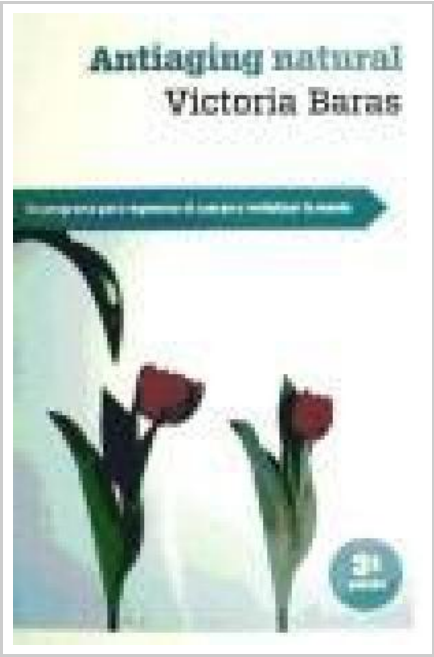


DOWNLOAD PDF

Antiaging natural

By BARAS VALL , VICTORIA

RBA Practica, 2012. soft. Book Condition: New. La cosmética y la cirugía han sido hasta ahora las únicas herramientas para prolongar la juventud y la belleza. En España, el aumento de la esperanza de vida ha provocado un creciente interés por el antiaging natural, que utiliza nutrientes de gran poder regenerativo para tratar y prevenir los efectos del envejecimiento. Este libro muestra cómo entrar con salud y energía en la edad de la madurez, el segundo tiempo, etapa vital en que el ser humano alcanza la plenitud de su sabiduría, su experiencia y su libertad personal. La obra brinda información imprescindible sobre el proceso de envejecer, los hábitos que lo aceleran y los que lo ralentizan y evitan problemas. Enseña a comer perdiendo peso y aplica técnicas de inteligencia emocional que influyen en el bienestar: el liderazgo de la propia vida, la gestión del estrés, el arte de los ritmos.

READ ONLINE
[9.36 MB]

Reviews

Basically no phrases to clarify. It really is rally fascinating throgh reading time. Once you begin to read the book, it is extremely difficult to leave it before concluding.

-- ***Anabel Zemlak***

The book is simple in read through better to fully grasp. It is rally exciting throgh looking at period of time. I discovered this publication from my i and dad encouraged this book to find out.

-- ***Dr. Dillon Monahan***