



La Revolucion de 22 Dias: El Programa a Base de Plantas Que Transforma Tu Cuerpo, Reajusta Tu Habitos y CA Mbia Tu Vida

By Marco Borges, Dr Dean Ornish

Celebra, United States, 2015. Paperback. Book Condition: New. 226 x 150 mm. Language: Spanish . Brand New Book. Un programa innovador para crear un estilo de vida basado en plantas, diseñado para transformar tu salud mental, emocional y física en tan solo 22 dias Si quieres perder peso, si quieres estar mas en forma y mas fuerte que nunca, La revolucion de 22 dias es la respuesta! Basada en el principio de que tardamos 21 dias en formar o en romper un habito, despues de 22 dias, ya has encontrado el camino, como senala Jay-Z: La revolucion de los 22 dias es un plan accesible para quienes buscan un estilo de vida mas saludable, bajar de peso, o para revertir problemas serios de salud. Los beneficios de una dieta vegana no pueden ser subestimados, ya que se ha demostrado que ayuda a prevenir el cancer, a bajar los niveles de colesterol, a reducir el riesgo de enfermedades del corazon, a disminuir la presion arterial, e incluso a revertir la diabetes. Como uno de los expertos en salud mas solicitados de la actualidad, el fisiologo del ejercicio Marco Borges ha pasado varios anos ayudando a su exclusiva lista de clientes de...



[READ ONLINE](#)
[7.75 MB]

Reviews

Excellent eBook and useful one. It can be rally fascinating through looking at period. You can expect to like just how the blogger create this publication.
-- **Myrl Schmitt**

This ebook is worth purchasing. It is writter in straightforward words and not hard to understand. You will not feel monotony at at any time of your respective time (that's what catalogs are for about in the event you ask me).
-- **Eileen Kling I**