

Scarica Gratis La nuova dieta 4 più 1 - 4 più 1 PDF - Rosanna Lambertucci



La continua ricerca di risposte alla crescente richiesta di benessere psicofisico ha portato Rosanna Lambertucci, straordinaria divulgatrice del vivere bene, a scrivere questa nuova dieta che ruota intorno a un punto fermo: non c'è dimagrimento duraturo se prima non si attua una profonda depurazione del nostro organismo. Solo alleggerendo dall'attività quotidiana gli organi più affaticati - fegato, reni e intestino - con un periodo depurante si può affrontare un percorso di dimagrimento e di benessere che non solo durerà nel tempo, ma diventerà un salutare stile di vita.

In questo nuovo viaggio dimagrante la Lambertucci ha strutturato, con la consulenza scientifica del dottor Corrado Pierantoni, endocrinologo e nutrizionista clinico, una dieta mensile divisa in tre fasi di dieci giorni ciascuna: Depurazione, Reinserimento, Fase di recupero. Ogni fase segue il metodo 4.....

Titolo	:	La nuova dieta 4 più 1 - 4 più 1
Autore	:	Rosanna Lambertucci
Categoria	:	Salute e benessere
Pubblicato	:	09/10/2018
Editore	:	Mondadori
Pagine	:	240
Lingua	:	Italiano
File Size	:	552.22kB

[Scarica Gratis La nuova dieta 4 più 1 - 4 più 1 PDF - Rosanna Lambertucci](#)

