

Hubneme s rozumem: zdravě a natrvalo



[Iva Málková](#)

Hubneme s rozumem: zdravě a natrvalo - Iva Málková ke stažení PDF Pochopíte, proč se hubnout nedaří. S touto knihou a se změnou životního stylu to dokážete. Metodu zakladatelky společnosti STOB prověřilo mnoho účastníků kurzů snižování nadváhy. Kniha obsahuje dvanáct lekcí, jež povedou k rozumné redukci váhy – za týden půl kilogramu, za měsíc dva kilogramy a po skončení společného hubnutí še

