

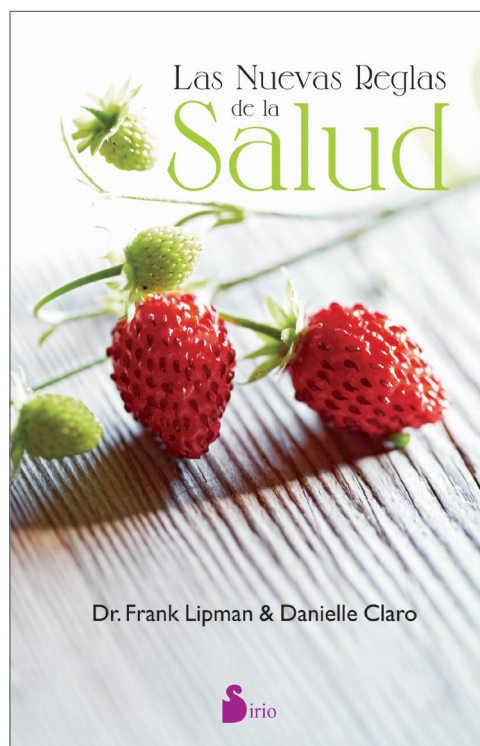


LAS NUEVAS REGLAS DE LA SALUD



Los autores

El Dr. Frank Lipman es pionero en salud y medicina funcional. En 2010 creó Be Well, vanguardistas programas de salud para recalibrar el cuerpo con nutrientes, vitaminas y minerales. Ha aparecido en Vogue, Men's Journal, The Oprah Magazine. Danielle Claro es escritora, editora y yogui. Fundadora de la revista Indie Breathe y directora de proyectos especiales en la revista Domino.



Título: Las nuevas reglas...
Autor: Varios
PVP: 13,50 euros
ISBN: 9788416579174

Nº págs: 225
Rústica
Tamaño: 13,5 x 21
Materia: Psicología



Descripción

Este libro tiene que ver con la totalidad del ser (cuerpo, mente y espíritu) y con los hábitos y las rutinas que hacen que las tres partes florezcan. Pero también tiene que ver con el individuo. Todo el mundo es diferente, y familiarizarnos con cuerpo, mente y espíritu es tan importante como las reglas. Es un libro con un propósito diferente: ofrecer los secretos para sentirse lo mejor posible estando activo, inspirado y despierto.

Los autores no aburren con teorías o detalles innecesarios. Ofrecen todos los conocimientos y la sabiduría práctica necesaria para transformar la salud y la vida. A base de pequeños cambios se va desarrollando un estilo de vida saludable, que servirá de rampa de lanzamiento hacia la plenitud.

CLAVES DE VENTA

- ✓ Este libro está en la vanguardia de los cuidados médicos.
- ✓ Nunca fue tan fácil mantenerse sano, fuerte y feliz.
- ✓ Con bellas fotografías.

Libros relacionados

