Listă de verificare

KiloStop

Primii pași spre silueta visată – dr.Laura Ene

De ce este nevoie să facem și mișcare pentru a slăbi?

- [ ] Dietele restrictive caloric ard de fapt mușchii, nu grăsimea!
- [ ] Te protejează împotriva bolilor cardiovasculare
- [ ] Previne îngrășarea pe măsură ce înaintezi în vârstă
- [ ] Te face să te simți mai bine

Bucură-te de rezultate!