

# Forever strong

NAUKOWE PODEJŚCIE  
DO ZACHOWANIA FORMY  
I WITALNOŚCI

Jak pobudzić swój organizm do:

SPALANIA TŁUSZCZU • WALKI Z CHOROBYMI SERCA

COFNIECIA CUKRZYCY • BUDOWY MIĘŚNI

ZACHOWANIA OSTREGO UMYSŁU I WYSOKIEGO POZIOMU ENERGII

DR GABRIELLE LYON

Dr Lyon to moja specjalistka w kwestii białek i mięśni... Ta książka zawiera mnóstwo niesamowitych informacji.

DR MARK HYMAN, autor książki *Young Forever*, numer 1 na liście bestsellerów „New York Timesa”

sensus

*Dalsza część książki dostępna w wersji  
pełnej.*

