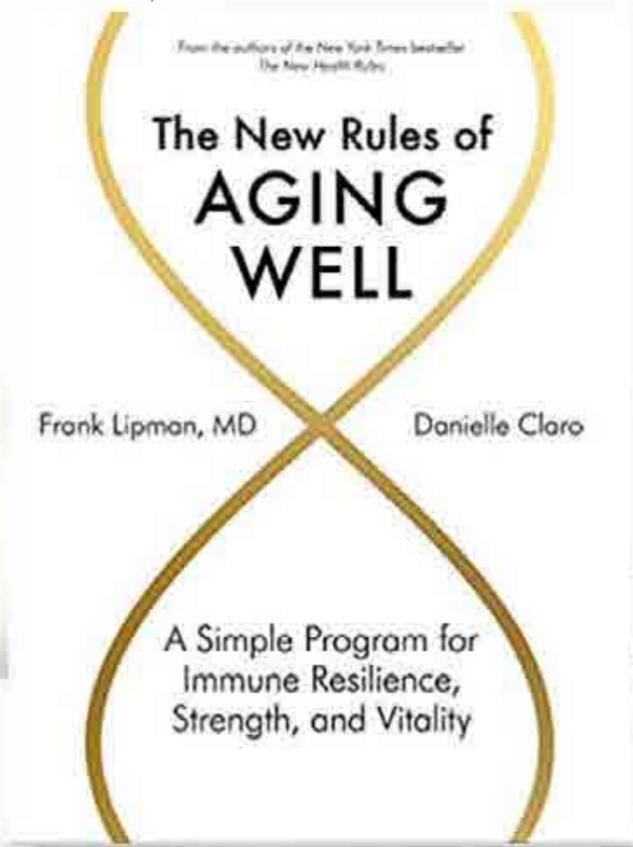




Libera tu Salud[®]
Health & Food Coach
Layla Islas

Recomendaciones



The new rules of aging well,
**Frank Lipman,
MD and
Danielle Claro**
Extraordinario libro sobre
las reglas para envejecer
espectacular.

Es una lectura esencial en estos tiempos de COVID. La herramienta que todos necesitamos, es una guía que nos responde preguntas como: ¿Cómo construyo un sistema inmune fuerte?. Este libro contiene información clara, accionable y práctica para construirlo, perder peso, sentirnos más jóvenes y envejecer espectaculares.

¡Cómo envejecemos es nuestra elección!
El Doctor Frank Lipman, nos ofrece en este libro una guía para revertir los síntomas que llamamos envejecimiento normal, cómo sentirnos fatigados, duros muscularmente, doloridos, etc. Nos ayuda no sólo a ampliar nuestro spam de vida, si no a hacerlo con nuestro spam de salud y sentirnos espectaculares.

Lo podrás conseguir en el siguiente link:

