

Mládněte i po 45!



[Vladimír Klescht](#)

Mládněte i po 45! - Vladimír Klescht ke stažení PDF Je vám více než 45? Chcete zůstat ještě dlouho zdraví a v plné síle, v plném pracovním nasazení a užívat si všech radostí života? Obdivujete některé neuvěřitelně vitální seniory ve svém okolí a říkáte si: Tak chci vypadat já v osmdesáti? Pokud se budete řídit radami v této knize, které se týkají zejména zdravé výživy a ži

