



Zdrowie stwórz sam z płytą CD

Cena	49.00 zł
Dostępność	produkt dostępny
Numer katalogowy	9788376490564
Kod EAN	9788376490564
Producent	KOS
Autor	Eugeniusz Gołybard

Opis produktu

Eugeniusz Gołybard – od wielu lat mieszkający w Kijowie dziennikarz, ekonomista przemysłowy, konstruktor inżynierii mechanicznej, nauczyciel języka polskiego, poeta, tłumacz, autor kilkunastu książek i opracowań. Czemu za twoje zdrowie, za twoją duszę, za twoje postrzeganie ciała i duszy odpowiadać ma ktokolwiek inny? Przecież to twoje zdrowie – twoja sprawa. Samouzdrawianie – to osobisty obowiązek każdego człowieka. Większość osób zakłada możliwość bycia zdrowym bez podejmowania codziennej pracy, a idąc na skróty osoby te wybierają niemal wyłącznie używanie cudotwórczych preparatów. Autor w ciągu pięciu lat, od czasu, kiedy zrezygnował z zalecanej przez lekarzy operacji serca, sam tworzy swoje zdrowie i się odmładza. Tworzy swoje zdrowie poprzez codzienne ćwiczenia. Właśnie dlatego książka ta powstała na podstawie doświadczenia oraz szczerzej chęci niesienia pomocy innym. Do książki dołączona jest płyta DVD z zestawem ćwiczeń według Kacudzo Nishi prezentowanych przez Autora i jego żonę.

liczba stron: **296**
 format: **14.5x20.5cm**
 oprawa: **miękka**