



## **Cómo tener diez años menos a partir de los 40**

El manual más práctico y efectivo de «antiaging»

---

Autor: Ortemberg, Adriana

Editorial: Océano-Ambar

ISBN: 9788475564203

Páginas: 256

Dimensiones: 17 x 23,5 cm

Encuadernación: Rústica

---

PVP: 16,90 €

---

Este libro es el primer plan rejuvenecedor que te devolverá la energía, la fuerza y el atractivo que tenías hace 10 años en tan sólo 10 semanas. En tus manos tienes un método revolucionario que te permitirá borrar la fatiga, las arrugas y las grasas acumuladas en los últimos 10 años. Además, no necesitas sacrificarte con duros ejercicios o dietas imposibles. Este efectivo programa te ayudará a disfrutar de una madurez más sana y vital.

Este libro es un práctico manual de antiaging que te permitirá obtener unos sorprendentes resultados en 10 semanas. ¿Por qué resignarse a que el paso del tiempo se haga tan evidente en tu cuerpo? Además, con este plan no sólo lograrás que tu piel se vea mucho más tersa: ¡conseguirás, realmente, sentirte y parecer mucho más joven!