

COMIDA PARA VIVIR FELIZ

SENCILLAS COMBINACIONES
ALIMENTICIAS PARA CADA DÍA, SEGÚN
LOS ÚLTIMOS AVANCES EN NUTRICIÓN

Oberbeil, Klaus

Editorial: Océano-Ambar

ISBN: 9788475563213

Páginas: 198

Dimensiones: 13,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 15,90 €

Coleccion: Salud y vida natural



SINOPSIS

Nuestra salud y energía depende principalmente del tipo de combustible que proporcionamos a nuestro cuerpo. Este libro propone un nuevo concepto alimenticio para vivir con optimismo y juventud. Comida para vivir feliz presenta un revolucionario programa desarrollado por Klaus Oberbeil a partir de los últimos descubrimientos sobre nutrición natural. Mediante un sencillo método visual de símbolos, aprenderás a aplicar las combinaciones adecuadas a los alimentos con las cuatro sustancias vitales que tu organismo necesita: vitaminas, minerales y oligoelementos, proteínas y carbohidratos.