

Aprende a vivir, aprende a comer: Transforma tu vida, tu salud y tu relación con la comida (Spanish Edition)

A través de su propia experiencia vital, Nuria Roura, coach de estilo de vida Saludable, Energético y Nutritivo (SEN), te explicará su camino hacia la liberación y el desapego después de pasar por varios trastornos alimentarios y adicciones y te dará técnicas para mejorar y entender tu relación con la comida para que puedas disfrutar de una alimentación saludable, energética y nutritiva, mejorar tu salud física y emocional, encontrar aquello que a ti te aporta bienestar y darle un sí a la vida.

Aprende a vivir, aprende a comer te mostrará los pasos para recuperar el control de tu alimentación, regular el apetito, ser más consciente de los motivos que te empujan a comer en exceso o a no comer, hacer un detox de emociones estancadas, mal digeridas o no expresadas y aprender a nutrirte desde dentro hacia fuera regalándote momentos para ti cada día con el objetivo de conocerte mejor, escuchar tus necesidades y reconectar con tu ser. El mensaje de Nuria es claro:

Si yo he podido, ¡tú también puedes!

Aprende a vivir, aprende a comer: Transforma tu vida, tu salud y tu relación con la comida (Spanish Edition) por Nuria Roura fue vendido por £8.49 cada copia. El libro publicado por Zenith. Contiene 258 el número de páginas.. Regístrese ahora para tener acceso a miles de libros disponibles para su descarga gratuita. El registro fue libre.



- Título del libro : Aprende a vivir, aprende a comer: Transforma tu vida, tu salud y tu relación con la comida (Spanish Edition)
- Fecha de lanzamiento: September 12, 2017
- Número de páginas: 258 páginas
- Autor: Nuria Roura
- Editor: Zenith

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer Aprende a vivir, aprende a comer: Transforma tu vida, tu salud y tu relación con la comida (Spanish Edition) en línea. Puedes leer Aprende a vivir, aprende a comer: Transforma tu vida, tu salud y tu relación con la comida (Spanish Edition) en línea usando el botón a continuación.

LEER ON-LINE

Esta es la razón por la que las calles en Japón no tienen ...

Si has visitado alguna vez el país, la escena te resultará familiar. Pasear por la calle de la ciudad que sea y no tener nombres para encontrar el lugar al que ...

Alcanzando al Dios invisible: ¿Qu? podemos esperar ...

... me convencieron de que la relación con Dios es tan subjetiva y variada como ... de tu vida en gente como yo, y Janet, y ... vivir la vida que tengo ...

Libro

Desde los orígenes, la humanidad ha tenido que hacer frente a una cuestión fundamental: la forma de preservar y transmitir su cultura, es decir, sus creencias y ...

Universidade da Coruña :: Biblioteca Universitaria

Web oficial de la Universidade da Coruña. Enlaces a centros, departamentos, servicios, planes de estudios.

Gracia divina vs. condena humana (Spanish Edition)

... recibir y vivir la gracia y el perdón ... tus deberes para con Dios y para con tu ... de conexión, de relación, cambió el curso de su vida.

cesar vallejo”

HOY ME GUSTA LA VIDA MUCHO MENOS... Hoy me gusta la vida mucho menos, pero siempre me gusta vivir: ya lo decía. Casi toqué la parte de mi todo y me contuve

JuJa Italia

La Grande Bellezza. La Grande Bellezza, stasera in tv lunedì 19 febbraio: vedi Roma e ...La Grande Bellezza/ Su Iris il film con Toni Servillo: info streaming ...

S=EX2 La ciencia del sexo

La ciencia del sexo - Pere Estupinya'>Una aproximación al sexo innovadora y original que revolucionará nuestra mente y quizá también nuestro comportamiento.

febrero

La Arteriosclerosis se puede Curar? Cual es la causa de la Arteriosclerosis? La Arteriosclerosis se puede evitar? Una Entrevista con el Creador de la Homocysteine ...

carmenmvascones

Dice la leyenda, que una joven salió a pasear , y al atravesar el curso de un río , se agachó para beber agua con las manos. En el momento en que saciaba su ...