window.yaContextCb.push(()=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ renderTo: "yandex_rtb_R-A-1782599-1", blockId: "R-A-1782599-1" }) })



Что за видеокурс.

Авторский обучающий видеокурс по похуданию.

Автор кусра Елена Смирнова.

Для кого этот курс.

Курс подходит людям любого пола и возраста.

Что вошло в видеокурс.

Содержание курса.

- С чего начинается процесс похудения?
- Избавляемся от жировых складок и боков.
- Сохраняем полученный результат навсегда.
- Принципы и физиологические стандарты правильного питания.
- Используем пищевую пирамиду.
- Вода как средство сжигания жира.
- Комплекс упражнений для комфортного сброса веса.
- Делаем плоский животик раз и навсегда.
- Отчищаем организм от шлаков.
- Рацион питания на каждый день.
- Массаж для похудения - совместим приятное с полезным?
- А также много многое другое....

Бонусы.

- "Список не рекомендуемых продуктов питания";
- "Влияние сна на состояние кожи";
- "Комплекс витаминов для чистой кожи - залог успеха!";
- "Восстанавливающий самомассаж лица".

Дополнительную информацию смотрите на сайте видеокурса: **Узнать подробности (перейти на страницу видеокурса)**

**   Карточка курса:** * Название: Экстремальное похудение не выходя из д

Автор(ы):	Смирнова Елена
Формат курса:	Видеокурс
Цена на физическую версию продукта (диск):	1690 руб.
Цена на электронную (скачиваемую) версию:	1190 руб.
Партнерская программа:	Есть

*-данные карточки курса могут не соответствовать текущим данным о курсе, подробную информацию смотрите на сайте курса

**   Другие курсы автора(ов), издателя:** Ссылки на страницы автора(ов), издателя: Смирнова Елена

window.yaContextCb.push(()=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ renderTo: "yandex_rtb_R-A-1782599-2", blockId: "R-A-1782599-2" }) })