

```
window.yaContextCb.push(=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-3", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-3" }) })
```



Что за видеокурс.

Мини-видеокурс для женщин. Мини-курс состоит из 11 практических видео-рекомендаций, которые вы сможете воплотить в жизнь уже просматривая видео.

Автор Екатерина Пегова.

Что вошло в видеокурс.

Содержание курса:

Кит 1. Правильное питание.

- Есть или не есть после шести, вот в чем вопрос?
- Секрет крепких нервов. Как накормить нервную систему и перестать расстраиваться/нервничать?
- 0% жирности: что на самом деле делает нас толстыми?
- Что такое углеводы? Изнанка и "темная сторона". Если я не ем сахар, спасаю ли я себя?

Кит 2. Гибкое тело.

- Шея - признаки депрессии.
- Плечи - где "живет" сильная личность.
- Руки - почему нельзя их опускать.

Кит 3. Психосоматика. Ключи внутренних состояний.

- Как работает психосоматика.
- Почему люди заболевают?
- Истоки болезней.
- Кем управляется болезнь?

Дополнительную информацию смотрите на сайте видеокурса:
[подробности \(перейти на страницу видеокурса\)](#)

[Узнать](#)

** Карточка курса:** * Название: Молодею на глазах

Автор(ы): Пегова Екатерина, Кармазь Анна

Формат курса: Видеокурс

Цена: 1250 руб.

Способы доставки: Скачиваемая версия.

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: Пегова Екатерина, Кармазь Анна

```
window.yaContextCb.push(()=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-2", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-2" }) })
```