

Wellness

Futástól a fogyásig

2018. XVII. évfolyam • 5. szám
565 Ft • 295 Din • 11,3 Lei • SKC 3,07 €



CentralMediasport

KISS RAMONA

Ez életem
legboldogabb
időszaka

Lépcsőzz!

**-200
kalória
20 perc
alatt**

**Legyen
az uzsi is
FIT!**

Felkutattuk
a legjobb
bolti nasikat

NIKE

**Fuss
tovább!**
Így leszel kocogóból
igazi futó

**DERÉKFÁJDALOM
EDZÉS UTÁN?
A piriformis
a ludas**

**AMINOSAV
NEKED
SZÜKSÉGED
VAN RÁ?**

**PCOS mellett
fogyni?**

NEHÉZ, DE NEM LEHETETLEN!

Tudtad, hogy minden 10. nőt érint?

Ön Wellness
magazin-előfizetést kapott ajándékba!