

Fitness jídelníček na míru



[Rowena Visagie](#), [Karlien Duvenage](#), [Shelly Meltzer](#)

Fitness jídelníček na míru - Rowena Visagie
ke stažení PDF Tato publikace přináší
specifické informace o výživě potřebné ve
vytrvalostních a silových disciplínách a
pomůže vám zvolit si nejvhodnější jídla podle
sportu, který vy a členové vaší rodiny
provozujete. Pomůžeme vám s nakupováním,
vybíráním vhodného kuchyňského vybavení,
a dokonce vám poradíme s nejlepšími
metodami rychl

