

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ ФРАГМЕНТ

КОД ДОЛГОЛЕТИЯ · КНИГА II ИЗ СЕМИ

Книга рецептов фертильности для пар



*Тридцать дней кухни фертильности для
обоих.*

BOOK

II

Анна Вееген, врач · Сергей Щербина

SYAN.online

ЧТО ВНУТРИ

- 90-дневное окно для обоих партнёров
- Гид по нутриентам «для неё и для него»
- 30 дней блюд, поддерживающих фертильность
- Обоснование по каждому ингредиенту
- Списки покупок и недельный ритм на двоих

Построена на 90-дневном окне до зачатия — самом чувствительном к питанию периоде пары. Тридцать дней блюд для лучшей биологической среды в обоих телах, с гидом по нутриентам «для неё и для него».

Читать книгу полностью →