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



Что за видеоурок.

Три правила жизни без вечерней еды. Мой опыт говорит, что два из них выполнить легко. Легко и держать идеальный вес, при условиях, которые я назвала в видео-уроке. Ежедневно мы с мужем прибавляем к активной жизни 6 часов.

Описываю наш с мужем опыт перехода и жизни без вечерней еды. Опыт длится больше года. Мы называем этот режим режимом долгожителей.

Дополнительно.

Характеристики:

- Автор: Светлана Ермакова
- Вид товара: Видео для зрителей старше 16 лет
- Возрастная категория: 16+
- Форма издания/ формат данных: Ссылка на просмотр
- Объём: 15 минут 33 секунды
- Год создания: 2017

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

**   Карточка курса:** * Название: Как отказаться от вечерней еды
Автор(ы): Ермакова Светлана
Издатель(ство): Хэппи-Центр
Формат курса: Видеоурок
Цена: 485 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: Хэппи-Центр, Ермакова Светлана

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