

методика берега



Загрузок: 2867

Скорость: 1.43 Мб/с

СКАЧАТЬ

Рейтинг: ★★★★★

Автор: Clopper

Безопасно! Вирусов нет



196



Нравится

100



Твитнуть



g+1



50



95



161 комментариев



Саша

Благодарочка за все!

1 минуту назад



Ангелина

Побольше бы таких сайтов.

1 минуту назад



Гриша

Первый раз тут, скорость загрузки радует, наличие файлов тоже!

1 минуту назад



Марина

Всем советую, качает быстро.

1 минуту назад



Леша

не поверил глазам, есть все. спасибо!

1 минуту назад



Оксана

Глупости говорят, что незаменимых не бывает, без этого сайта я бы пропала.

1 минуту назад

Поль Брегг разработал методику и, используя личный опыт и пример, пропагандировал голодание в целях оздоровления организма. Голодание по Бреггу приобрело невиданную популярность. И в наши дни у него есть немало последователей, которые успешно практикуют данную методику, улучшая свое здоровье. Все о здоровом образе жизни, правильном питании, здоровье, фитнесе и йоге! Телеканал «ЖИВИ программа передач. Фитнес-видеотека: видео занятия с лучшими инструкторами: Марина Корпан, Алексей Меркулов и многие другие! Смотрите фитнес-видео онлайн! Статьи и блоги по фитнесу, психологии, красоте и здоровью! Это просто сенсационное заявление американских ученых огорчило многих представительниц прекрасной половины человечества. Ведь еще совсем недавно, ученые были уверены, что красное вино, содержит природные антиоксиданты, которые благотворно влияют как на организм женщин, так и на организм мужчин. Поль Чаппиус Брегг – известный американский деятель альтернативной медицины, натуропат, пропагандист здорового образа жизни, деятель американского движения за здоровое питание, бизнесмен и шоумен. По профессии – физиотерапевт, широко известен как публицист, автор знаменитой методики лечебного голодания, книг о здоровье и здоровом образе жизни. На сайте Всё о зрении собрана огромная коллекция книг и семинаров, мультимедиа курсов, аудио и видео программ, стереограмм и программ для работы с ними. Всё это делается для Вас с 2005 года, чтобы каждый мог найти информацию для себя и восстановить своё зрение и здоровье. Желаем Вам удачи и 100% зрения. Хорошим дополнением ко всем описанным методикам мне кажется оздоровительная система Поля Брегга, о которой я хочу вам рассказать. Выбор каждого – использовать ее или нет. Поль Брегг известный пропагандист метода голодания. По его книгам голодали и голодают десятки тысяч людей. В своей основе голодание по Бреггу - это классическая методика водного голодания с достаточным количеством принимаемой воды. Поль Брегг рекомендует постепенное освоение методики голодания, начиная с однодневных голоданий, постепенно увеличивая количество дней голодания. В дальнейшем отдается предпочтение голоданиям продолжительностью 7- 10 дней, которые можно проводить самостоятельно. В советской и зарубежной литературе все более популярными становятся термины "натуропаты", "натуристы". Так называют людей, предпочитающих естественное, натуральное питание. Тем самым они как бы выражают протест против современной системы питания с преобладанием консервированных и рафинированных продуктов, с избытком углеводов, мясной, жирной и сладкой пищи. Одним из первых провозгласил необходимость отказа от такого стиля питания Поль Брегг. Есть замечательная книга Поля Брега: Позвоночник - ключ к здоровью В наше время заболевания позвоночника стали общей проблемой. Но именно от состояния позвоночника зависит физическая выносливость, столь необходимая в нашей напряженной жизни, а ненормальное состояние позвоночника, в свою очередь, является причиной многих болезней. Как избежать заболеваний спины? Как избавиться от них? Питание по Полю Бреггу – все «за» и «против» Уже много лет система питания Поля Брега имеет своих сторонников по всему миру, а споры о том, является ли она «идеальной», продолжаются всё это время. Чем же она так привлекает людей стремящихся жить долгой и активной жизнью? Поль Брегг сам придерживался высказанных им принципов и смог преодолеть недуги детства. Перед вами книга-путеводитель, которая поможет вам найти свой путь к здоровью позвоночника. Здесь представлены три знаменитые системы оздоровления позвоночника: Поля Брегга, Кацудзо Ниши и Валентина Дикуля. В книге дана общая информация о болезнях позвоночника, советы по здоровому питанию и образу жизни, собраны эффективные упражнения и техники тренировки позвоночника, рассказано о том, как самостоятельно сделать тренажеры, которые принесут здоровье вашему позвоночнику. Популярное издание.