

# PONTE EN FORMA CON TU PERRO



SULLIVAN, KAREN

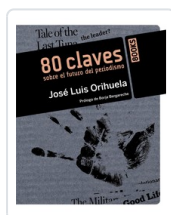
## SINOPSIS

Esta completa guía te ayudará a crear tu propio programa, fácil y divertido, basado en dieta y ejercicio físico junto con tu mejor amigo. Empieza por evaluar tu estado de forma física y aprende cómo, con unos sencillos cambios, conseguirás que los dos tengáis una vida más feliz y activa. Descubre los beneficios físicos y psicológicos del ejercicio habitual y, lo que es más importante, diviértete mientras os ponéis en forma juntos. Crea vuestro propio programa de alimentación saludable y fitness, utilizando una serie de trucos de sentido común que producirán una gran mejora de vuestro bienestar general. Aprende cómo hacer ejercicio juntos, maximizando variedad y resultados, para conseguir perder peso y mejorar tu forma física de forma segura, garantizándoos a los dos un futuro lleno de salud y diversión. Karen Sullivan es nutricionista y una reconocida autora de libros y artículos sobre salud y fitness, incluidos varios títulos relacionados con el mundo canino. Ha presidido diversas conferencias sobre asuntos relacionados con la obesidad y ha pronunciado numerosas ponencias sobre nutrición. ...

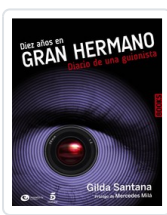


|                      |                |
|----------------------|----------------|
| Editorial            | OBERON         |
| Materia              | <Genérica>     |
| Colección            | OBERON         |
| EAN                  | 9788441540712  |
| Status               | Disponible     |
| Páginas              | 112            |
| Tamaño               | 150x200x12 mm. |
| Peso                 | 243            |
| Precio (Imp. inc.)   | 15,00€         |
| Fecha de lanzamiento | 04/03/2019     |

## Títulos relacionados



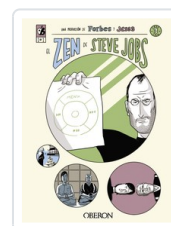
80 CLAVES SOBRE  
EL FUTURO DEL  
PERIODISMO  
JOSE LUIS ORIHUELA



DIEZ AÑOS EN  
GRAN HERMANO.  
DIARIO DE UNA  
GUIONISTA  
GILDA SANTANA



2012. LOS  
ENIGMAS DEL  
APOCALIPSIS  
MAYA  
JAVIER PEREZ  
CAMPOS



ZEN DE STEVE  
JOBS  
FORBES