



Apetyt na zdrowie

Twój magazyn o zdrowiu

nr 3 (6) maj-czerwiec 2010

Magazyn bezpłatny

Odcinek cz.II lędźwiowy

OKIEM FIZJOTERAPEUTY: Przykładowe ćwiczenia na bóle lędźwiowego odcinka kręgosłupa **STR. 8-9**

SŁODKO-GORZKA PRAWDA

TEMAT NUMERU: Cukrzyca - epidemia XXI wieku **STR. 10-11**

NORDIC WALKING

- W MARSZU PO ZDROWIE

AKTYWNYM BYĆ: Wszystko o nowym sposobie na efektywny trening **STR. 18-19**

Błądząc w Skalnych Miastach

PODRÓŻE: Góry Stołowe - tajemniczy labirynt **STR. 12-13**

Pieczętka apteki