



SEGREDOS DO GNT PARA O SEU

BemStar



MARCIO ATALLA

Resumo de Segredos Do GNT Para O Seu BemStar

Quer viver mais e melhor, mas sem abrir mão dos pequenos prazeres da vida? Então este livro é para você. Inspirado no programa BemStar, apresentado pelo canal GNT, ele traz dicas imperdíveis para a harmonia dos três pilares que garantem uma saúde plena: alimentação, atividade física e equilíbrio emocional.

Encontre o caminho para o seu bem-estar e viva ainda mais feliz.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)