



להחליט. לעשות. לשנות.

עדבו אתכם מAMILIM
מכובסות. אנחנו אcoli
קנאה כשאנחנו רואים את
אליה שהכל אצל נרא
טוב ומצlich.
וקנאה זה ממשין. אך עדיף
פשוט לעשות בעצמינו
ושאחרים יקנאו..

באהבה,
קרן אלוף



לפרטים והזמנות:
03-6398383
Info@kerenalouf.co.il
www.kerenalouf.co.il



לערכונים על הרצאות
הכי שות, הציגו
לקרן אלוף בפייסבוק f



ענת הראל

**המתכוון לשילוב
חיים בריאים, חטוביים
ומאושרים יותר!**

הגוף שלנו הוא בעצם הכל. בעדרתו אנחנו יכולים להגשים את כל המשימות והתענוגות שהצבנו לעצמנו. היום כבר ברור כי לא ניתן להפריד את הגוף מהנפש, כך שבאופן טבעי גוף חזק ובריא ישליך באופן מיידי ו ישיר על כל תחומי החיים.

adc מה בכלל זאת מפheid בנים לבין החיים
שהיינו רוצים לחיות? ידעתם שרק 30%
מה מה שאנו דו גנטיקה!!! כל השאר זה
מה שאנו עושים עם הנתונים הבסיסיים
שלנו.

במפגשת שוברת ענת מיתושים ומספקת דוגמאות ישימות מהחיים על הדרכים השונות לשדרג את חיינו דרך ניהול אורח חיים בריא. זה אומר הפניות תשומת לב לשילוב נכון של פעילות גופנית, תזונה מאוזנת והכי חשוב, ניהול מתחים בחיי היום-יום.

בקיצור אין להחליט. לעשות. לשנות.