

Recenzja książki Agnieszki i Macieja Wielobób

written by Ewa Kozioł

Książka Agnieszki i Macieja Wielobób, to publikacja, w którą każdy zainteresowany medycyną alternatywną powinien zajrzeć.

Ajurweda...

Jeśli nie wiesz czym jest Ajurweda oraz nie znasz jej podstawowych zasad książka przybliży Ci tę tematykę. Znajdziecie w niej informacje o charakterystycznych cechach każdej doszy, jak zmierzyć puls, o jodze czy oddychaniu. Książka jest napisana w przyjemny sposób i stara się ująć temat ajurwedy przez pryzmat naszego obecnego „zabieganego” życia. Na końcu książki znaleźć można przepisy jak ugotować różne potrawy korzystając z wiedzy Ajurwedy, jest to wspaniały pomysł i czekam na książkę tylko z przepisami gdzie będzie wszystko „przetłumaczone” na nasze kulinarne tradycje.



Wygraj jedną z trzech książek „Ajurweda na co dzień...” Agnieszki i Macieja. Odpowiedz na pytanie i zostaw uśmiech w komentarzu

[advpoll id="1" title="Gdzie najczęściej spędzasz swój czas w internecie" width="100%"] w ten sposób weź udział w konkursie.

Zwycięzcy zostaną wyłonieni 16 października i poinformowanie za pomocą emaila o wygranej.

[Regulamin konkursu](#)

[mpp_inline id="55194"]