

# Cvičíme s měsícem



[Johanna Paungger](#), [Thomas Poppe](#)

Cvičíme s měsícem - Johanna Paungger ke stažení PDF Na všechno je třeba pravý čas a to platí i o pohybu. Stačí několik minut denně, ale aby byl účinek cviků největší, je nezbytné jej provádět v souladu s měsíčními fázemi.

[https://www.databazeknih.cz/images\\_books/62\\_/62582/cvicime-s-mesicem-62582.jpg](https://www.databazeknih.cz/images_books/62_/62582/cvicime-s-mesicem-62582.jpg)

