

TURINYS

- 8 — „7 DIENŲ *SUPER DETOX* MITYBOS PROGRAMA“
- 12 — ATSLIEPIMAI
- 14 — „7 DIENŲ *SUPER DETOX* MITYBOS PROGRAMOS“ NURODYMAI
- 16 — AUGALINĖ / ŠARMINANTI MITYBA – KAS TAI?
- 18 — „7 DIENŲ *SUPER DETOX* MITYBOS PROGRAMA“ –
KELIAS Į NAUJĄ SVEIKATOS, SAVIJAUTOS LYGĮ
- 20 — DETOKSIKACIJA SU MAGNIO SULFATU (KARČIAJA DRUSKA)
- 22 — AUTOFAGIJA
- 24 — STRESAS – KORTIZOLIS – UŽRŪGŠTINTAS ORGANIZMAS
- 26 — PAGALBA KAULAMS
- 28 — PELYNŲ ARBATA PRIEŠ PIETUS
- 32 — RAFINUOTAS CUKRUS
- 34 — KOKOSŲ ALIEJUS SU AKTYVINTĄJA ANGLIMI PRIEŠ MIEGĄ
- 38 — MANKŠTA „SOLE“ („SAULĖ“)
- 50 — 1 DIENA
- 68 — 2 DIENA
- 86 — 3 DIENA
- 102 — 4 DIENA
- 118 — 5 DIENA
- 134 — 6 DIENA
- 150 — 7 DIENA
- 167 — SVEIKINU!