

Smoothie Bowls



[Andrea Malá](#)

Smoothie Bowls - Andrea Malá ke stažení PDF Snídat se dá různě: doma v posteli, u stolu, v chůzi, v dopravním prostředku, v práci. Jsou i takoví, kteří nesnídají vůbec, tvrdí, že nemají chuť nebo čas. A přitom je snídaně tak důležitá! Ne v běhu, ale v klidu bez stresu. Vstát o 15 minut dřív zdraví neuškodí, ale nesnídat je chyba, která se na našem zdraví nesmazatelně po

