

Livre

Auteur(s) : Berrebi, William (Auteur)

Titre(s) : Mission ventre plat : la méthode microbiotique, nutritionnelle et sportive / Dr William Berrebi.

Editeur(s) : Paris : Marabout, 2023.

Autres : 1 vol. (281 p.) . illustrations en noir et blanc . 22 x 15 cm

Résumé : Docteur en médecine spécialisé en gastro-entérologie et créateur d'une chaîne YouTube, W. Berrebi dispense des conseils pour perdre du ventre en adoptant une bonne hygiène de vie, un régime alimentaire adapté et un programme sportif. Avec des informations sur le microbiote intestinal. ©Electre 2023.

Notes : Tout public.

Sujet(s) : Abdomen ** Soins et hygiène ;Abdomen ** Exercices physiques ;Flore intestinale ;Diététique

Lien : <https://www.electre.com/GetBlob.ashx?Ean=9782501176088,0-9646661&Size=Original>



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Documentaires	Documentaires	616.3 BER	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Camus
La doc mezzanine	Bien-être et santé	616.3 BER	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux