

Livre

Auteur(s) : Bourre, Jean-Marie (1945-...) (Auteur)

Titre(s) : La chrono-diététique / Dr Jean-Marie Bourre.

Editeur(s) : Paris : O. Jacob, impr. 2012 (61-Lonrai : Impr. Normandie Roto).

Autres : 1 vol. (327 p.) . ill., couv. ill. en coul. . 24 cm

Résumé : Une méthode qui allie une diététique équilibrée à une répartition quotidienne des aliments respectant les rythmes du corps humain. L'auteur aborde la question de la cadence des repas, le moment de sa composition et l'ordonnance de aliments.

Notes : Webliogr. 1 p.

Sujet(s) : Chronobiologie ; Régimes alimentaires



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	613.2 BOU	Prêt normal	Disponible	Ploufragan