



A harmadik-negyedik X után egyre makacsabban tartják magukat a plusz kilók, amelyek észrevétlenül kúsznak fel. Vajon egy bizonyos életkor után már törvényszerű a súlytöbblet?

Az egészséges, tartós fogyás alapjairól dr. Keresztényi Zoltán, az Oxygen Medical humánkineziológusa beszélt.

[**Bővebben>>>**](#)