

NUEVO MONOGRÁFICO A DISTANCIA

CENAS CREATIVAS, SALUDABLES Y EQUILIBRADAS



- ¿Te sientes aburrid@ de tus cenas?
- ¿Tienes hambre, pero no sabes qué cenar?
- ¿Te faltan ideas y necesitarías un planning inspirador que te guíe?
- ¿Quieres reencontrar el placer de cenar sin carencias, para no picar después de la cena?

¡Tenemos un monográfico de CENAS, especialmente diseñado para ti!

Un motivador programa de 14 días con cenas creativas, fáciles y saludables.

¡Estaremos cada día contigo, inspirándote en tu práctica!

En este programa incluimos:

- ♥ Al principio del curso, te enviaremos la lista de la compra para que tengas tiempo de organizarte.
- ♥ Cada día recibirás el planning de tu cena:
 - La receta principal, con fotos paso a paso.
 - Y dos recetas complementarias, para tener una cena equilibrada y satisfactoria.

- ♥ **Un video con Montse Bradford hablando sobre el tema.**
- ♥ **Un power point con las bases de una alimentación sana y equilibrada.**
- ♥ **Dos sesiones en el grupo privado de Facebook con Montse Bradford para comentar, preguntar lo que necesites. (una por semana)**
- ♥ **Podrás participar en el grupo de Facebook privado con otros participantes, para poder compartir tu experiencia.**

¡EMPEZAMOS 9 ABRIL!

¡No te pierdas este motivador programa!

PRECIO: 30 euros. (¡Oferta especial de lanzamiento!)

INFORMACIÓN Y RESERVAS: 618 28 74 84

CORREO ELECTRONICO: info@montsebradford.es

WEB: www.montsebradford.es

APP DE MOVIL GRATUITA: LA ALIMENTACION ENERGETICA

