

SHAPE

**HUNGRY
FOR MORE**
ΑΝ ΜΕΤΑ ΤΟ
ΦΑΓΗΤΟ ΘΕΣ ΚΙ
ΑΛΛΟ, ΤΣΕΚΑΡΕ
ΤΙ ΔΕΝ ΚΑΝΕΙΣ
ΣΩΣΤΑ

PINK OCTOBER

TIPS ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ,
ΑΣΚΗΣΗΣ ΚΑΙ
ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑΣ
ΓΙΑ ΝΑ ΑΓΑΠΗΣΕΙΣ
ΠΙΟ ΠΟΛΥ ΤΟ
ΣΤΗΘΟΣ ΣΟΥ

BIRGINIA ΔΙΚΑΙΟΥΛΙΑ

«ΕΥΕΞΙΑ ΔΕ ΣΗΜΑΙΝΕΙ
ΝΑ ΕΧΕΙΣ ΕΝΑ
ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟ ΣΩΜΑ,
ΑΛΛΑ ΝΑ ΝΙΩΘΕΙΣ
ΚΑΛΑ ΜΕΣΑ ΣΕ ΑΥΤΟ,
ΝΑ ΤΟ ΑΓΑΠΑΣ ΚΑΙ ΝΑ
ΤΟ ΦΡΟΝΤΙΖΕΙΣ»

NEXT STOP: FITNESS

ACTIVE ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΙ ΕΝΤΟΣ ΚΑΙ
ΕΚΤΟΣ ΕΛΛΑΔΑΣ ΓΙΑ SKI,
HIKING, TREKKING