IMAGEN :

# Sistema Alexandre de adelgazamiento

## El Sistema Alexandre de adelgazamiento sin apenas esfuerzo ni restricciones, comiendo grandes cantidades de alimentos, de Aldexandre Fernándes Rodrígues-Sanôna, muestra diferentes técnicas nutricionales, no solo encaminadas al adelgazamiento en todo tipo tipologías sino, y lo que es más importante, a incrementar al mismo tiempo el bienestar general y obtener una vida más saludable.

El Sistema Alexandre de adelgazamiento sin apenas esfuerzo ni restricciones, comiendo grandes cantidades de alimentos, www.sistemaalexandre.es, de Aldexandre Fernándes Rodrígues-Sanôna, relata la experiencia personal del autor a lo largo de más de 30 años de dedicación conjunta al mundo del deporte y de la nutrición.

El nuevo método de adelgazamiento, que verá la luz en las próximas semanas, ha demostrado su eficacia y resultados no solo en el aspecto puramente dietético a la hora de perder peso y grasas acumuladas, sino también a la hora de mejorar considerablemente, y de forma racional, los hábitos alimenticios, consiguiéndolo de forma fácil y natural en todo tipo de personas. El método se basa en obtener, además de la pérdida de peso, una respuesta activa del cuerpo que se ve recompensado con una mejora de su estado natural y en la recuperación de la energía perdida con los años a causa de una mala alimentación.

La filosofía del autor muestra a lo largo del libro que el cuerpo precisa de todos los grupos de alimentos para mantener el equilibrio. La clave es la correcta combinación de los mismos, aconsejándose la ingesta de ciertos alimentos como paso preliminar a comer otros que son los que más calorías aportan y suelen coincidir con los que más gustan.

El nuevo método ha sabido adaptarse a las necesidades de todo tipo de personas y entornos sociales. Es un sistema cómodo de realizar y práctico en cuanto a los resultados. Su aplicación satisface de igual manera a personas que precisan perder mucho peso como a las que simplemente quieren eliminar unos pocos kilos; para personas acostumbradas a grandes cantidades de comida para saciar su apetito o las que comen poco.

El Sistema Alexandre de adelgazamiento sin apenas esfuerzo ni restricciones, comiendo grandes cantidades de alimentos, www.sistemaalexandre.es, está basado en una alimentación equilibrada y destaca la importancia, antes de iniciar cualquier plan de adelgazamiento, del asesoramiento médico ante cualquier problema o duda sobre la salud.

El nuevo Sistema Alexandre de adelgazamiento sin apenas esfuerzo ni restricciones, comiendo grandes cantidades de alimentos que verá la luz en el mes de abril está patrocinado por el observatorio de la sociedad, la economía y la financiación de los bancos, financieras y el capital privado de la entidad y despacho de servicios jurídicos y financieros, abogados, www.sistemaalexandre.es, Clifford Auckland consultores de hipotecas, préstamos y créditos urgentes de dinero urgente de capital privado y dinero privado. Es un ambicioso proyecto dentro de la política de compromiso y responsabilidad social y empresarial de la consultora, que desde hace años participa activamente en diferentes proyectos comunitarios y sociales.

El libro ya puede ser reservado en su página Web www.sistemaalexandre.es. Dadas las expectativas que el nuevo método de adelgazamiento está despertando se recomienda realizar su reserva con la máxima antelación posible.