

vivere
in forma



Diretto da Alessandro Ciricello

light

**ECCEZIONALE:
A SOLO
1 EURO**

All'interno:
**La GINNASTICA
della SALUTE**

RICETTE SPECIALI
Anziani, bambini, intolleranze:
**le ricette degli chef
in esclusiva per voi!**



STAR... IN FORMA

**Jennifer Aniston e
lo "YOGALOSOFIA"**



ELISABETTA PELLINI:
*"La vera bellezza è
la semplicità"*

*Come bere **BENE**
e **SANO** nella bella stagione!*



Psicologia

**IN VACANZA...
SÌ,
MA SENZA
STRESS!**

Fitness

**IL MARE:
LA PALESTRA
DELL'ESTATE**

Dermatologia

**I RIMEDI
CONTRO
LE PUNTURE
DI INSETTO**

Amici animali

**CON IL CALDO,
ATTENZIONE
AI PARASSITI**