

Byli w telewizji TVN, byli u nas 11 marca, autorzy książki „Druga młodość supermena”, Hubert Jużków - dr nauk med., specjalista chirurg oraz Wojciech Rosiński, pochodzący z Inowrocławia koszykarz, reprezentant Polski, zasłużony szkoleniowiec.

„Supermeni” udzielili mądrych i prostych rad na temat zdrowego odżywiania, racjonalnej diety. Podkreślili, że podstawą utrzymania dobrego zdrowia jest ruch z odpowiednio dobranym, zindywidualizowanym zestawem ćwiczeń.

Warto podkreślić, że „Druga młodość supermena” to jedna z niewielu książek na rynku mówiąca

o aktywności ruchowej i sposobie odżywiania mężczyzn w wieku średnim i starszym.

{webgallery} {/webgallery}