

Dupa ce vei afla efectul pe care il are ananasul asupra sanilor tai, nu te vei mai opri din mancat!

Un articol de Maya

Pe masura ce imbatranesc, femeile experimenteaza modificari ale sanilor. In orice caz, dupa ce vei afla care este efectul ananasului asupra sanilor, nu te vei opri din mancat.

Ananasul ajuta sanii sa isi mentina fermitatea. Lucrul acesta poate fi posibil prin simpla adaugare a lui in dieta zilnica!

Ananasul contine antioxidanti, care sunt benefici organismului. El are proprietati si in lupta impotriva cancerului, asa ca daca il consumi, vei avea si acest avantaj.

Problema legata de sani CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Cele mai bune exercitii pentru ridicarea sanilor

Un articol de Maya

Sanii sunt formati din tesut adipos, glande si colagen (tesutul care ii mentine fermi si „pe pozitii”). Dar pe masura ce trece timpul, glandele si colagenul scad, iar locul lor e luat de grasime. Asta nu iti va modifica neaparat dimensiunea sutienului, dar atractia gravitationala isi va face simtita

prezenta si... se vor lasa

Una dintre cele mai bune modalitati de a ridica sanii "lasati" este aceea de a consolida muschii de sub ei, deoarece acestia le vor oferi sprijin. Cand acesti muschi sunt CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com