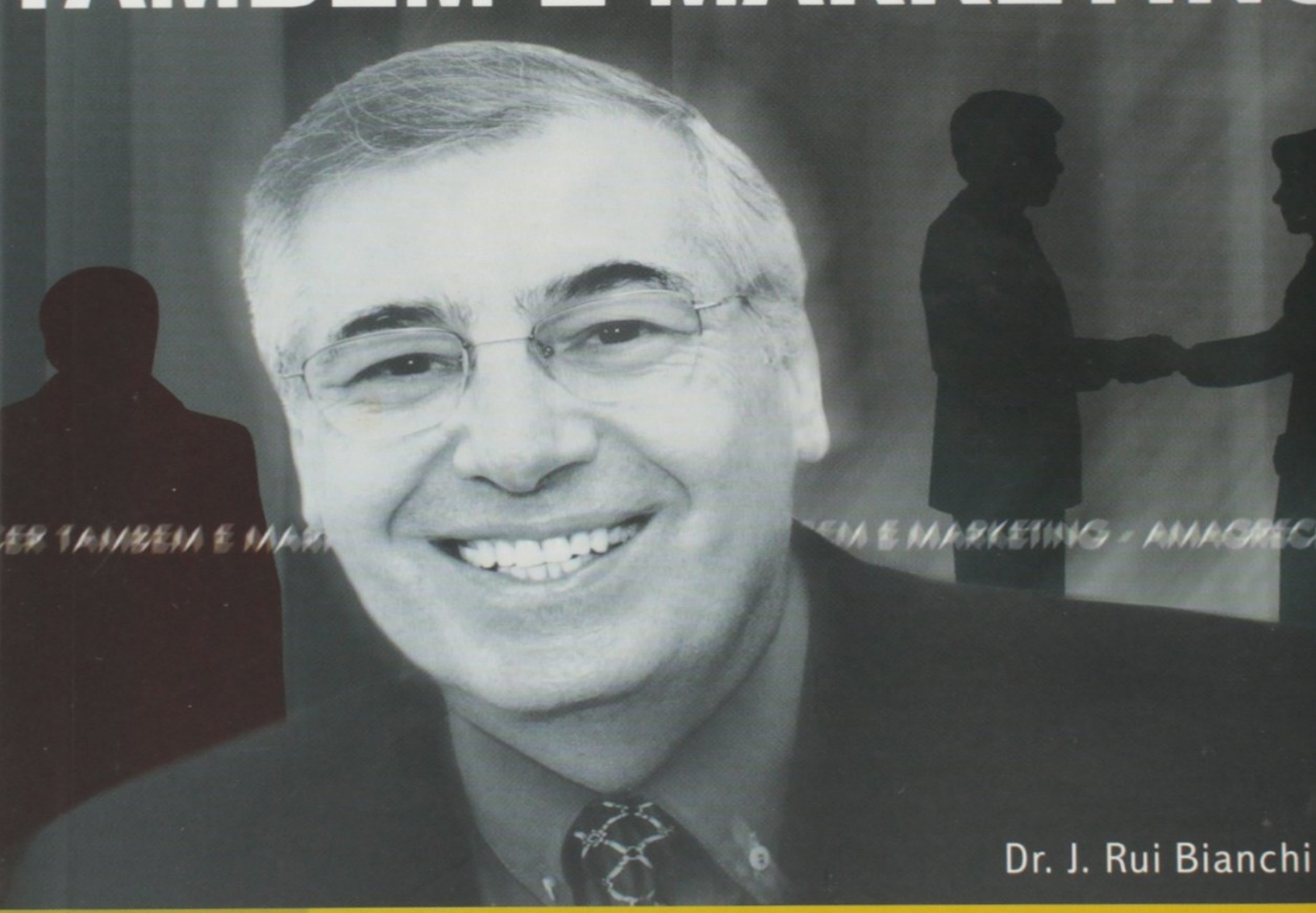
EMAGRECER

TAMBÉM É MARKETING



Dr. J. Rui Bianchi

COMO CHEGAR AO

EMAGRECIMENTO DEFINITIVO

Resumo de Emagrecer Também É Marketing

Personagem de seu próprio livro, o dr. José Rui Bianchi viveu na pele as dificuldades e angústias de quem convive com um peso muito acima do seu ideal. Vencedor na luta contra a obesidade, ele relata como conseguiu emagrecer mais de 30 quilos em cinco meses e manter-se bem.

Nas páginas seguintes você vai descobrir que a reeducação alimentar associada à atividade física contribuíram muito, mas que a determinação em gostar de si mesmo foi o que garantiu o sucesso na busca de um marketing pessoal mais positivo.

A obra mostra também as vantagens pessoais do ex-obeso em sua vida familiar, social, profissional, emocional e sexual, levando o indivíduo a tomar consciência do seu corpo e o ensinando a manter-se em forma.

O resultado não se resume em proporcionar maior Qualidade de Vida, mas também permite a conquista do triunfo pessoal. Os gordos descobrirão a vitória da força de vontade e, na certa, procurarão imitar o autor em busca de uma vida melhor, mais saudável e, conseqüentemente, mais feliz.

Os conhecimentos registrados aqui são válidos não só para os obesos que querem emagrecer, mas também para os ex-obesos e para os magros que não querem engordar. Um método eficaz para quem quer mudar suas atitudes frente ao emagrecimento.

O CD que acompanha este livro ajudará de forma decisiva nesse processo de mudança, apresentando exercícios práticos e de fácil acesso. Os conhecimentos são adquiridos com comodidade, pela audição. Cabe ao leitor colocar em prática esses ensinamentos.

Acesse aqui a versão completa deste livro