



Conferenze estive con Martin & Friends

Dal 28 giugno al 27 settembre 2023

Giugno

28. L'estate è il periodo migliore per perdere peso: ricette, rimedi, esercizi specifici – con Martin Halsey

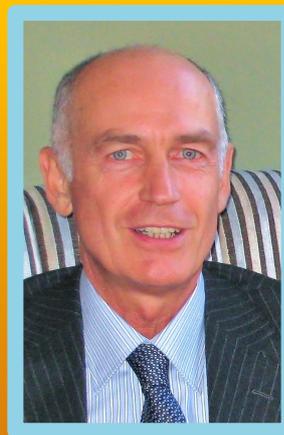
Luglio

5. Digitopressione per problemi polmonari più comuni: tosse, fiato corto, dolori intercostali e altro – con Michel Rossoff

12. Conferenza gratuita: Difendersi a tavola durante le vacanze estive – con Martin Halsey

19. La cucina macrobiotica. Pentole, attrezzi e utensili specifici, materiali da evitare e organizzare la cucina – con Angela Prange.

26. Utilizzare le 5 trasformazioni per comprendere gli alimenti da evitare per ogni organo e sistema del corpo – con Martin Halsey



Agosto

9. Rafforzare il sistema immunitario e curare la candida

– con **Ken Prange**

23. Detox: liberare l'organismo da sostanze chimiche e residui nocivi

- con **Steven Acuff**.

30. Sessione speciale di domande e risposte per prepararsi all'arrivo dell'autunno con **Laura Castoldi** e **Martin Halsey** – riservato ai soli abbonati.

Settembre

6. Dalla Russia con amore: Cucina macrobiotica russa un gesto per la pace - con **Jack e Sasha Lambeth**.

13. Tecniche per energizzare il sistema neurovegetativo: esercizi pratici, aggiustamenti dietetici, rimedi per l'armonia e la forza – con **Paul Lambeth**

20. Focus Salute: Curare i problemi delle alte vie respiratorie con dieta, rimedi ed esercizio fisico - con **Martin Halsey**

27. Soluzione Macro: artrite e emicrania incluso ebook - con **Martin Halsey**

