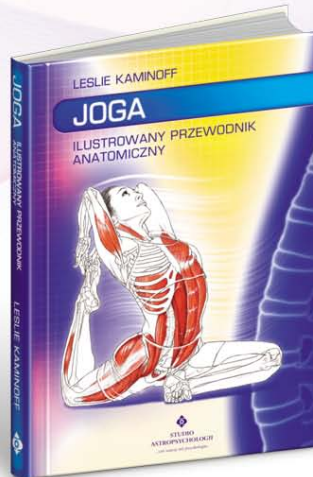
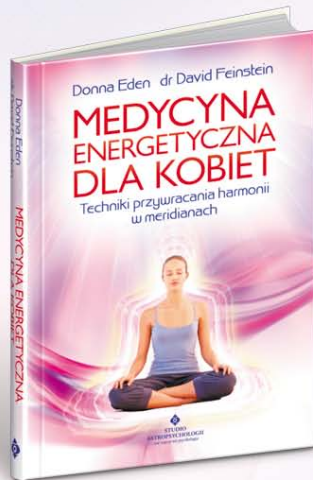
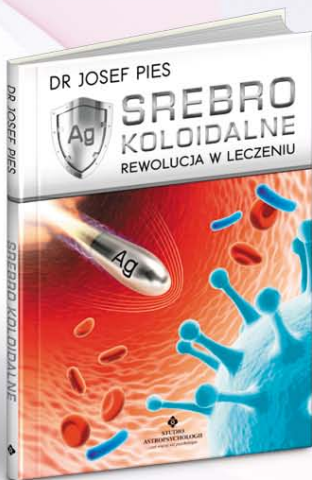




**STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII**
...coś więcej niż psychologia

BESTSELLERY
MEDYCYNA NATURALNA



Dział handlowy – 85 653 13 03, e-mail: handel@studioastro.pl
Studio Astropsychologii, 15-762 Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/24, www.studioastro.pl

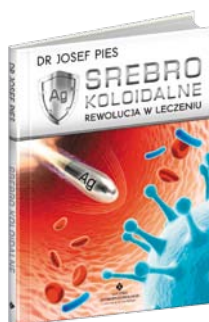


Cena: 39,30, B5, 248 s.
ISBN 978-83-7377-487-2

TERAPIA CZASZKOWO-KRZYŻOWA

Bożena Przyjemka

Bezbolesna i nieinwazyjna zdrowotna metoda integracji organizmu. Nowatorska książka, która zawiera opis terapii czaszkowo-krzyżowej i wyjaśnia sposób jej działania. Zakłada ona, że pod wpływem urazów, stresu czy traumatycznych przeżyć powstają w organizmie zatory energetyczne, które blokują jego prawidłowe funkcjonowanie. W tej publikacji znajdziesz dokładny opis, w jaki sposób można wyczuć pulsowanie płynu mózgowo-rdzeniowego i jak delikatnym dotykiem usunąć napięcia. A dzięki szczegółowemu wyjaśnieniu kolejnych etapów przeprowadzenia zabiegu dowiesz się, jak uruchomić mechanizmy samoleczenia. Terapia ta skutecznie pomaga m.in. w: kłopotach z koncentracją, nadpobudliwości u dzieci i dorosłych, stresie, bólach i zawrotach głowy, migrenach, zaburzeniach wzroku i słuchu.



Cena: 24,20 zł, A5, 132 s.
ISBN 978-83-7377-483-4

SREBRO KOLOIDALNE

Dr Josef Pies

Już dziś możesz poznać uzdrawiające właściwości srebra koloidalnego, dzięki pierwszej na polskim rynku publikacji na ten temat. Ten naturalny antybiotyk o szerokim spektrum działania, to najskuteczniejsze lekarstwo niszczące nie tylko wirusy, bakterie i grzyby, ale też stanowiące Twój „dodatkowy system odpornościowy”. Zabija on bowiem z niezwykłą szybkością ponad 650 chorobotwórczych mikroorganizmów, nie niszcząc przy tym dobroczynnej flory bakteryjnej organizmu. W książce tej znajdziesz kompleksowe omówienie znaczenia srebra koloidalnego oraz informacje o jego działaniu. Zapoznasz się także z licznymi spostrzeżeniami osób, które już korzystają z jego leczniczych właściwości. Czas na lepsze samopoczucie i naturalne zdrowie.

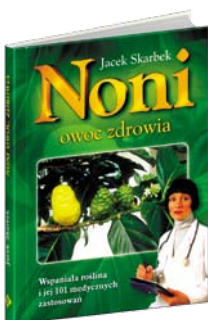


Cena: 29,20 zł, A5, 268 s.
ISBN 978-83-7377-407-0

CUD OLEJU KOKOSOWEGO

Bruce Fife

Pierwsza w Polsce publikacja opisująca cudowne właściwości niedocenianego przez lata oleju kokosowego, który choć jest tłuszczem nasyconym, sprzyja dobremu zdrowiu. Nie powinno to dziwić, kiedy patrzymy na mieszkańców wysp Pacyfiku i innych społeczności, które używają go od wielu pokoleń. Ludzie, którzy wykorzystują olej kokosowy, niemal nie chorują. Sprzyja on także utracie wagi, zapobiega przedwczesnemu starzeniu się skóry, wzmacnia układ immunologiczny i wątrobę, wspomaga gojenie ran – dobroczynnie wpływa na cały organizm. Kokos to „najzdrowszy olej na ziemi”, który może być stosowany w kuchni. Jest także pierwszym tłuszczem, który pomaga pozbyć się nadwagi! W książce znajdziesz mnóstwo przepisów na pyszne i zdrowe potrawy.



Cena: 19,10 zł, B6, 168 s.
ISBN 978-83-7377-472-8

NONI OWOC ZDROWIA

Jacek Skarbek

W obliczu ciągle zwiększającej się liczby zachorowań na raka, cukrzycę, pojawiania się nowych, groźnych szczepów bakterii i wirusów odkrycie noni jest wielkim dobrodziejstwem i może stanowić niezwykle skuteczny oręż. Warto poznać uzdrawiające możliwości tej wyjątkowej rośliny, by zapobiegać chorobom oraz je leczyć, zwłaszcza gdy tradycyjna farmakologia okazuje się nie do końca skuteczna. Przypadkowo odkryta przez zachodnich biologów roślina okazała się – ze względu na bogactwo zawartych w niej składników leczniczych – prawdziwą „bombą proteinową i enzymatyczną”. Pomogła już tysiącom ludzi na całym świecie. Z książki dowiesz się, co ten owoc zdrowia może zrobić dla Ciebie i bliskich oraz jak go stosować, by uzyskać najlepsze efekty.

OCZYSZCZANIE ORGANIZMU DLA KOBIET

Natalia Rose

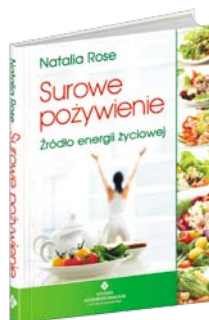


Cena: 39,30 zł, A5, 290 s.
ISBN 978-83-7377-468-1

Oczyszczanie organizmu to najlepsze działanie, jakie możesz podjąć, aby poprawić zdrowie. Masz wybór: możesz nadal chorować i tyć, a Twój stan będzie się pogarszał, lub zmienić styl życia. Wystarczy, że usuniesz substancje odpadowe nagromadzone przez lata niezdrowego odżywiania. Osiągniesz to dzięki oczyszczaniu. Sekret tkwi w zahamowaniu wzrostu niekorzystnych bakterii i drożdżaków, które pogarszają kondycję ciała, powodują wzdęcia, wahania nastroju, problemy skórne i nadwagę. Poprawnie przeprowadzona detoksykacja odblokuje czystą energię, radość oraz doskonałe samopoczucie, Twoje ciało odzyska jędrność, a Ty rozkwitniesz, rozkoszując się zdrowymi odpowiednikami ulubionych potraw, przy czym nadal możesz jeść w restauracjach. Nie ma nic lepszego od życia w oczyszczonym ciele!

SUROWE POŻYWIENIE

Natalia Rose



Cena: 39,30 zł, A5, 320 s.
ISBN 978-83-7377-473-5

Niezależnie, czy chcesz się czuć młodo, pragniesz pozbyć się łuszczyca, cellulitu czy też zapewnić sobie fizyczny i psychiczny relaks – klucz do tego leży w jadłospisie! Autorka przedstawia innowacyjny program oczyszczania organizmu i pozbywania się wszelkich fizycznych dolegliwości. Odkryła ona, że większość problemów trapiących nasze ciała wynika z zakłóceń przepływu krążącej w nas energii światła. Zamieszczony w książce test pomoże Ci sprawdzić, jak poważne są te zakłócenia w Twoim przypadku. Możesz je wyeliminować, wprowadzając do swojej diety surowe pożywienie. 21-dniowy program pełnej odbudowy zdrowia Twojego ciała sprawi, że w niespełna miesiąc Twój organizm się nie tylko w pełni oczyści, ale jednocześnie odzyska swoją naturalną umiejętność samouzdrawiania.

JAK SPALIĆ ZBĘDNE KILOGRAMY?

Chris Downie

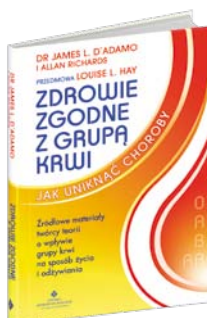


Cena: 49,40 zł, B5, 296 s.
+ wkładka kolor 16 s.
ISBN 978-83-7377-486-5

Pierwsza tajemnica zrzucenia zbędnych kilogramów brzmi: Przestań się odchudzać! Chcesz zmieścić się w za ciasne jeansy? Poprawić samopoczucie i pewność siebie? Oto książka dla Ciebie! Nie jest to kolejna publikacja o diecie, to przewodnik do zdrowszego życia, którego „skutkiem ubocznym” będzie utrata wagi. Ten przełomowy program koncentruje się na tym, co możesz zrobić, zamiast na tym, czego nie możesz podczas zmiany trybu życia. 4-stopniowy plan zawiera skuteczne metody odżywiania i zestawy ćwiczeń skonsultowane medycznie. Poznasz również niezwykle motywujące historie osób, które zrzuciły nawet 90 kilogramów oraz ich zdjęcia „przed” i „po” metamorfozie. Niech iskra, która pomogła milionom, także w Tobie rozпали zapał do działania!

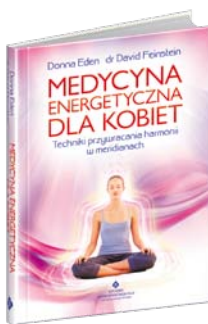
ZDROWIE ZGODNE Z GRUPĄ KRWI

Dr James L. D'Adamo i Allan Richards



Cena: 39,30 zł, B5, 332 s.
ISBN 978-83-7377-493-3

Twórca i propagator programu żywieniowego zgodnego z grupą krwi dr D'Adamo jest odkrywcą zależności między grupami krwi a potrzebami człowieka dotyczącymi odżywiania i ruchu. Od lat 70. XX wieku wdraża sposób podejścia do pacjenta, który zrewolucjonizował świat medycyny naturalnej. Swoim przełomowym odkryciem możliwości leczenia według grup krwi zmienił myślenie wielu tysięcy ludzi na całym w świecie. W książce wyjaśnia, jakie pokarmy i ćwiczenia są odpowiednie dla poszczególnych osób, jakie mamy wrodzone predyspozycje, w jaki sposób poprawić pracę umysłu. Publikacja zawiera najbardziej aktualne i wyczerpujące porady, m.in. jak stworzyć własny program profilaktyczny, jak opracować program dietetyczny dla dzieci i pełną gamę terapii naturalnych, zalecanych w jego Instytucie.



Cena: 49,40 zł, B5, 316 s.
ISBN 978-83-7377-418-6

MEDYCYNA ENERGETYCZNA DLA KOBIEC

Donna Eden, dr David Feinstein

Każda kobieta znajdzie tu sposoby na wewnętrzną przemianę, zwiększenie witalności, zdrowie fizyczne i piękny wygląd. Chcesz poradzić sobie z PMS, bólami menstruacyjnymi, objawami menopauzy, przemęczeniem? Wykorzystaj od tego swoje dłonie. Dysponują one potężnym lekarstwem – energią, która przyniesie ukojenie ciału, przywróci równowagę hormonalną, zapobiegnie i przezwycięży choroby. Medycyna energetyczna – przyjemna, nieinwazyjna, skuteczna i niezwykle prosta technika – niekolidująca np. z konwencjonalnymi sposobami leczenia i niemająca skutków ubocznych, więc bez względu na to, z jakiej terapii aktualnie korzystasz, jednocześnie możesz ją stosować. Jeśli nauczysz się współpracować ze swoją energią i hormonami, to poprawisz zdrowie oraz zintegrujesz ciało, umysł i ducha.

PODRĘCZNIK EFT

Gary Craig

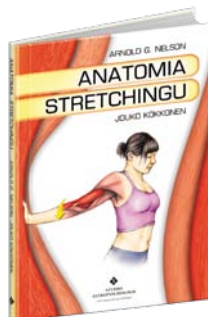


Cena: 34,90 zł, A5, 196 s.
ISBN 978-83-7377-387-5

EFT (Emotional Freedom Techniques) – Techniki Emocjonalnej Wolności – to najważniejsze i największe odkrycie na polu terapii (skuteczność sięga aż 90%). Teraz masz szansę skorzystać ze źródłowych materiałów twórcy i prekursora EFT – Gary'ego Craiga, który od dwudziestu lat propaguje tę metodę na całym świecie. Opiera się ona na prostych i bezbolesnych procedurach – opukiwaniu wybranych punktów meridianowych znajdujących się m.in. na głowie i dłoniach. Usuwa blokadę energetyczną, dzięki czemu osiągasz harmonię, pozbywasz się negatywnych emocji, a tym samym dolegliwości fizycznych, np. bólu głowy, i psychicznych, np. lęku, smutku. Dzięki EFT negatywne emocje znikną w ciągu kilku chwil, a Ty osiągniesz wolność emocjonalną i zdrowie. Pomożesz sobie i innym, zwłaszcza w trudnościach dnia codziennego.

ANATOMIA STRETCHINGU

Arnold G. Nelson, Jouko Kokkonen



Cena: 59,90 zł, B5, 184 s.
ISBN 978-83-7377-379-0 (opr. miękka)

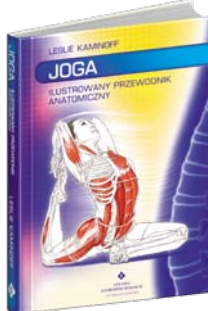
Cena: 59,90 zł, B5, 184 s.
ISBN 978-83-7377-455-1 (opr. twarda)

Jak niskim nakładem czasu i energii zwiększyć wydajność całego organizmu? Jak – dzięki kilkunastu minutom ćwiczeń dziennie – uczynić ciało piękniejszym i zdrowszym? Teraz jest to możliwe dzięki stretchingowi! Stretching nadaje mięśniom giętkość i zwiększa zakres ruchu w stawach, a elastyczne ciało ma pozytywny wpływ na pracę mięśni oraz na jakość życia. Innowacyjny, profesjonalny, bogato ilustrowany przewodnik łączy wiedzę medyczną, atlas anatomiczny i profesjonalny kurs ćwiczeń praktycznych. Teraz będziesz dokładnie wiedział, co i jak trenować, by osiągnąć maksymalny efekt. Dzięki temu łatwiej będzie Ci się poruszać i wykonywać wszelkie czynności dnia codziennego, a zdrowie i pełna sprawność będą z Tobą do późnej starości. Przestań się ociągać i zacznij się rozciągać!

JOGA

ILUSTROWANY PRZEWODNIK ANATOMICZNY

Leslie Kaminoff



Opr. twarda, Cena: 79,90 zł, B5, 272 s.
ISBN 978-83-7377-396-7

Innowacyjny, ilustrowany przewodnik łączący wiedzę medyczną, atlas anatomiczny i praktyczny kurs jogi. Każda ilustracja została przygotowana specjalną techniką. Nowatorskie zaprezentowanie udziału poszczególnych mięśni w układzie statycznym lub w ruchu umożliwi Ci samodzielne ułożenie efektywnego zestawu ćwiczeń. Wiedza zawarta w książce przyda Ci się nie tylko podczas ćwiczeń jogi, ale także podczas każdego wysiłku: biegania, ćwiczenia na siłowni czy... noszenia ciężkich zakupów. Autor to światowej rangi ekspert jogi i anatomii, twórca międzynarodowej szkoły terapii jogi skoncentrowanej na oddechu, od 20 lat praktykuje jogę i wykłada anatomię na uniwersytecie w Nowym Jorku. Dowiesz się, jak powinieneś ćwiczyć, by jogą była nie tylko bardzo skuteczna, ale przede wszystkim bezpieczna.