

Spánková revoluce: Transformujte svůj život noc po noci



[Arianna Huffington](#)

Spánková revoluce: Transformujte svůj život noc po noci - Arianna Huffington ke stažení PDF Nacházíme se uprostřed krize způsobené spánkovou deprivací, která má dalekosáhlé důsledky – pro naše zdraví, pracovní výkon, vztahy a také pro naši spokojenost.

Spoluzakladatelka a šéfredaktorka zpravodajského webu The Huffington Post ve své nové knize směle prohlašuje, že to, co skutečně potřebujeme, je spánková revoluce.

Získat

