





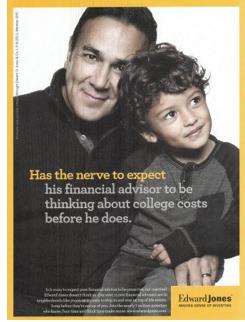




na sibia efección de los alimentos de su dieta y el ejercicio fisico regular son ingredientes fundamentales para mantener a su corazión en forma. Elso no es realmente un socreto, pero le juramos que es verdad? Hable con su médico antes de bacer cambios radicales en sa alimentación o actividad física. Nosotros le brindatmos algunos consejos.

(Sea creativo con los alimentos saludables).

Qué podrá ser más divertido que crear un plan de alimensción Como regla general, sustinada piere que sus calorías trabajen para used y. al mismo tiempo, obrant el máximo beneficio de los alimentos que come. Consértenze en los ajentemes grupos alimenticios frutas y venduras, granos entres y peccado. 30



FRANK GARCIA

Height: 5'11" Waist: 35" Hip: 34" Collar: 16.5" Suit: 44 Shoe: 9.5 US Shoe: 9.5 Hair: Black Eyes: Brown



Bella Agency New York City 270 Lafayette Street / Suite 802, New York, NY 10012 T: 212.965.9200 Email: info@bellany.com