

# Бонус Bikini Body 2025

☐☐GHID: Îngrijirea pielii înainte de vară: cum să eviți arsurile solare, petele pigmentare și deshidratarea

<https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/2df1d5ec24a7e8feb2580f555384d8d8.pdf>

☐☐GHID: Cum să îți pregătești părul pentru sezonul estival: sfaturi pentru prevenirea deteriorării părului și a scalpului

<https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/e0235c330fcb2a6634e1cccd8eeade50.pdf>

☐☐GHID: Cum alegi ochelarii de soare potriviți pentru a preveni problemele de vedere și pentru a-ți proteja ochii în timpul verii

<https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/b51ba2a005f11c4e27b761d4724d9094.pdf>

☐☐ „5 rețete de cocktailuri, perfecte pentru a te răcori în sezonul cald”

<https://fitnessmama.school/pl/fileservice/user/file/download/h/ee6663ceed6686e608942f549fe02e8c.pdf>

---

Revision #1

Created 30 May 2025 13:45:18 by David

Updated 30 May 2025 13:46:14 by David