

ergométricas 24 modelos para escolher melhor



BOA FORMA

ANO 10 Nº 7 julho / 95 edição 97 R\$ 3,50


EDITORA
AZUL

AGENDA DA BELEZA

o que fazer
todo dia
toda semana
todo mês
para ficar
mais bonita

guia dos adoçantes
qual o ideal para você

CLAUDIA OHANA
o que ela faz
para ser assim

uma aula de **GAP**
a nova mania das academias

FLACIDEZ

COMO FICAR COM TUDO EM CIMA DE NOVO

DIETA DO INVERNO
um cardápio que aquece e ainda **EMAGRECE**

vitaminas

você precisa delas?

