

LA REVISTA PARA LOS HOMBRES

Men's Health

POSTER
DE FITNESS
¡GRATIS!

2,90€ IVA INCL.

LA DIETA QUE CREA MÚSCULO

¿CONGELADO O FRESCO?

Respuestas para
comer más sano

DEPORTES DE INVIERNO

ski, snowboard...

PONTE EN FORMA PARA LA NIEVE



**EL INVIERNO
MÁS ARDIENTE**
(Las cerillas, en la pág.50)

**10 LOOKS PARA
DESPEDIRTE
DEL AÑO**



¡Empieza hoy!

BLINDA TU SALUD

En 5 puntos clave

Especial
REGALOS
COMPRA ESTO,
NO ESTO

**ABDOMINALES
DE ACERO**
Márcalos en enero

**QUÉ CONTARLE
A UNA MUJER
(Y QUE NO)**

DICIEMBRE 2005

www.MensHealth.es



SIN MENSAJES Portada



Su mejor hora

PLANIFICA TU
ENTRENAMIENTO

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

EL MEJOR MOMENTO
PARA ENTRENAR

DIVORCIO A DOMICILIO

PUNTO Y FINAL EN LA RED

Has acabado tan agobiado de la que todavía es tu mujer, que el simple hecho de pensar en el interminable papeleo de la separación hace que te entren temblores. Pero tenemos la solución para volver a ser legalmente soltero y no morir en el intento. Se trata de Separacionline.com y Divorcioexpress.com, dos portales que, como su nombre indica, gestionan "rupturas" por un precio cerrado de 550 y 450 €. Las consultas legales son totalmente gratuitas, y en tan solo 24 horas dispondrás del borrador del convenio regulador. El único requisito indispensable es que la separación o divorcio se realicen de mutuo acuerdo.

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%

43%