

- [Como bajar 4 kilos en 1 semana](#)
- [El hombre ideal para una mujer, según su signo](#)
- [Ejercicios tantricos para "durar" mas...](#)
- [Ejercicios para personas sin tiempo](#)
- [Como verse mas alta y delgada en segundos](#)
- [El Yoga de la pasion](#)
- [Mujer sola duerme mejor...](#)
- [Como pasar de amigo a amante](#)
- [Como triunfar en la batalla por el empleo](#)
- [Feng Shui para las fiestas](#)
- [¿Se puede besar en la boca a un bebe?](#)



BECAS DE 2000 EUROS

CURSOS GRATIS

LIBROS GRATIS

TODO PARA TU MOVIL

El secreto:

Como pasar de amigo a amante

► <http://www.enplenitud.com/amor/amigoyamante.asp>



Como bajar 4 kilos en 1 semana

Baja 4 kilos en una semana con la dieta de las frutas...

<http://tinyurl.com/2ultbc>

Ultimo momento



Mujer sola duerme mejor...

Las mujeres duermen mejor solas, al contrario que los hombres, según un estudio reciente...

<http://www.enplenitud.com/salud/insomnio.asp>



El hombre ideal para una mujer, según su signo

¿Quieres saber qué atrae a las mujeres? Los signos tienen la respuesta...

<http://tinyurl.com/yo5xsb>

Ejercicios para personas sin tiempo

Una práctica rutina para ejercitarte aunque no tengas tiempo para nada....

<http://www.enplenitud.com/fitness/ejercicios.asp>

Ejercicios tantricos para durar mas...

Un ejercicio tántrico para aumentar la duración del encuentro amoroso... y multiplicar el placer...

<http://www.enplenitud.com/amor/tantra.asp>

Como verse mas alta y delgada en segundos

¿Quieres verte más alta, delgada, joven, y saludable? Estos consejos te ayudaran a lograrlo...

<http://www.enplenitud.com/belleza/altaydelgada.asp>

El Yoga de la pasion

Te enseñamos a practicar Bikram Yoga, con razon llamado "el yoga caliente"

<http://www.enplenitud.com/amor/yoga.asp>

Feng Shui para las fiestas

Los malos elementos y hábitos, dañan la energía de tu hogar. Claves para resolverlo....

<http://www.enplenitud.com/decoracion/fengsui.asp>

¡Oye!

¿Te has
perdido
nuestras
Ofertas

GRATUITAS?

Tarjetas de Visita

Sellos de Caucho

Notas Adhesivas

¡Y muchos más!

Si Te Duermes,
Te lo Pierdes

Pídelas Ahora ►

¡Ofertas Limitadas!



VistaPrint.es

Como triunfar en la batalla por el empleo

<http://www.enplenitud.com/profesionales/entrevistas.asp>

Receta de la semana: Mousse de fresas dieta

Estar a dieta no significa privarse de los placeres de la mesa dulce. Como prueba, esta receta de mousse de fresas bajas calorías...

<http://tinyurl.com/3xa6s2>

¿Se puede besar en la boca a un bebé?

<http://www.enplenitud.com/familia/bebes.asp>

Nuevos cursos gratis ▶

Como hacer una videoconferencia

<http://www.enplenitud.com/cursos/videoconferencia.asp>

Las salsas en la cocina

<http://www.enplenitud.com/cursos/salsas-cocina.asp>

Te gustaron estas notas?, Quieres compartirlas?

Reenvia este boletin ahora mismo a quien desees, o envianos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

reenviosenplenitud@gmail.com

Libros digitales gratis ▶

Naturismo y alimentacion disociada

<http://www.enplenitud.com/libros/libro117.asp>

10 consejos para adelgazar

<http://www.enplenitud.com/libros/libro118.asp>

Eres profesional? Colabora con nosotros y hazte conocer gratis !!

Si quieres **darte a conocer sin costo a** las mas de **dos millones de personas** que visitan En Plenitud todos los meses, **envianos tus notas o articulos sobre tu especialidad** a:

envionotas@gmail.com

y con gusto nuestra redaccion los considerara para su publicacion (**las notas pueden incluir tus datos de contacto** y antecedentes profesionales, pero NO deben ser meramente promocionales y deben contener informacion de utilidad para el lector).

HAZTE CONOCER

QUIERES UN BLOG?

QUIERES SER PROFESOR?

CURSOS EN TU WEB

Descarga ahora!

Los mejores ringtones y logos para tu movil !!
▶ <http://www.tonos.enplenitud.com>

EMPECEMOS CON UNA SONRISA

UNA CARICIA EN EL ALMA

Frases famosas de gente famosa

A veces, cuando miro a mis hijos, me digo a mi misma: "Lilian, deberías haber permanecido virgen" -- Lillian Carter (madre de Jimmy Carter)

A una variedad de rosa le pusieron mi nombre y eso me halagó mucho, pero no me gustó la descripción del catálogo: "No es buena en una cama, pero contra un muro está bien"

-- Eleanor Roosevelt

La semana pasada dije que esa mujer era la más fea que vi en mi vida. Pero ayer conocí a su hermana, y quiero retirar mi afirmación anterior.

-- Mark Twain

¿Cómo va a ser tu día hoy?

Esta mañana desperté emocionado con todas las cosas que tengo que hacer antes que el reloj sonara.

Tengo responsabilidades que cumplir hoy. Soy importante.

Mi trabajo es escoger qué clase de día voy a tener.

Hoy puedo quejarme porque el día está lluvioso o puedo dar gracias a Dios porque las plantas están siendo regadas.

Hoy me puedo sentir triste porque no tengo más dinero o puedo estar contento que mis finanzas me empujan a planear mis compras con inteligencia.

Hoy puedo quejarme de mi salud o puedo regocijarme de que estoy vivo.

El secreto de un buen sermón es tener un buen comienzo y un buen final... y que ambos estén entre sí lo más cerca posible. -- George Burns

Papá Noel tuvo la idea correcta: visitar a la gente solo una vez al año. -- Victor Borge

Tenga cuidado al leer libros de salud. Un error de imprenta lo puede matar. -- Mark Twain

Sin ninguna duda, hay que casarse. Si tu pareja es buena, serás feliz. Y si es mala, te convertirás en filósofo. -- Socrates

Fui casado por un juez. Debería haber pedido un jurado. -- Groucho Marx

Solo el café irlandés tiene en una sola taza los cuatro grupos de comida esenciales: alcohol, cafeína, azúcar y grasa. -- Alex Levine

No me siento viejo. No siento nada hasta el mediodía. Y luego es la hora de la siesta.

-- Bob Hope

Nunca tomo agua, a causa de los desagradables peces que nadan en ella. -- W.C. Fields

La mejor manera de retardar el envejecimiento es crear una comisión en el Congreso para que se encargue. -- Will Rogers

No se preocupe por evitar las tentaciones. Cuando envejezca, ellas lo evitarán a usted.

-- Winston Churchill

Quizás sea cierto que la vida comienza a los cincuenta, Pero todo el resto comienza a desprenderse, caerse, o separarse.

-- Phyllis Diller

En el momento en que el hombre es lo suficientemente sabio para mirar por donde camina, ya es demasiado viejo como para ir a alguna parte. -- Billy Crystal

Te gusto?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle una sonrisa a un amigo/a?

Reenvíalo ahora mismo a quien tu desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

reenvios@enplenitud.com

Hoy puedo lamentarme de todo lo que mis padres no me dieron mientras estaba creciendo

o puedo sentirme agradecido de que me permitieran haber nacido.

Hoy puedo llorar porque las rosas tienen espinas

o puedo celebrar que las espinas tienen rosas.

Hoy puedo autocompadecerme por no tener muchos amigos o puedo emocionarme y embarcarme en la aventura de descubrir nuevas relaciones.

Hoy puedo quejarme porque tengo que ir a trabajar o puedo gritar de alegría porque tengo un trabajo.

Hoy puedo quejarme porque tengo que ir a la escuela o puedo abrir mi mente enérgicamente

y llenarla con nuevos y ricos conocimientos.

Hoy puedo murmurar amargamente porque tengo que hacer las labores del hogar o puedo sentirme honrado porque tengo un techo para mi mente, cuerpo y alma.

Hoy el día se presenta ante mi esperando a que yo le de forma y aquí estoy, soy el escultor. Lo que suceda hoy depende de mi, yo debo escoger qué tipo de día voy a tener.

Que tengas un gran día... a menos que tengas otros planes.

Enviado por Adisson. Muchas gracias!

Te gusto?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle una sonrisa a un amigo/a?

Reenvíalo ahora mismo a quien tu desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:
reenvios@enplenitud.com

Los nuevos blogs ▶

Línea Estética

<http://blogs.enplenitud.com/lineaestetica/>

Comunicación cristiana

<http://blogs.enplenitud.com/joselayera/>

Libros digitales gratis ▶

Becas de hasta 2000 euros

<http://www.enplenitud.com/expocursos/becas.html>

Personales gratis

<http://personales.enplenitud.com/>

[Suscribirse ▶](#)

[Eliminar ▶](#)

[Cambiar de email ▶](#)

[Versión resumida ▶](#)

Todas las opiniones y artículos recogidos en este Newsletter pertenecen exclusivamente a sus respectivos autores, y son publicados a efectos meramente informativos. Este correo-e es enviado únicamente a quienes se han suscrito voluntariamente al mismo. EnPlenitud.com no realiza envíos no solicitados de correo-e, y nuestra [política de privacidad](#) no admite la comercialización de los datos de nuestros suscriptores.

Todos los derechos reservados.

(c) Latin Seniors Inc. <http://www.enplenitud.com/> 2001-2007. Esta permitido el libre reenvío de esta revista mientras la misma se realice sin cambios. Se autoriza su reproducción total o parcial con mención de la fuente e inclusión de un link activo hacia <http://www.enplenitud.com/>