



# Be real, not perfect

**Miriam Albero**

La deportista y blogger más seguida del momento, nos presenta su fórmula infalible para estar bien que está revolucionando las redes

Descubre los secretos para sentirte bien, las recetas más saludables basadas en la filosofía más healthy y los ejercicios más beneficiosos para equilibrar la mente, ganándole la batalla a la pereza gracias al mensaje vitalista y motivador de Miriam Albero, la deportista de moda en nuestro país que ha logrado ganarse los corazones de cientos de miles de seguidores. De menos a más, y siempre con su espíritu positivo, disfruta con las mejores rutinas y entrenamientos para ponernos en forma y disfrutar de una vida saludable, pero siendo siempre fieles a nosotros mismos: be real, not perfect.

**Fecha de publicación:**  
17/09/2015

**Sello Editorial:**  
Editorial Planeta

## Contacto de prensa

**Nombre:** Isabel Santos

**Teléfono:** 91 423 03 33

**Email:** isantos@planeta.es

**Nombre:** Laura Franch

**Teléfono:** 91 423 03 03

**Email:** lfranch@planeta.es

**Nombre:** Laura Verdura

**Teléfono:** 91 423 03 03

**Email:** lverdura@planeta.es

**Nombre:** Ficción Internacional

**Email:** prensaficcioninternacional@planeta.es

**Nombre:** Blanca Vidales

**Email:** blanca.vidales@planeta.es

**Nombre:** Fátima Santana

**Teléfono:** 91 423 03 03

**Email:** fsantana@planeta.es

**Miriam Albero**