* Terry Laughlin, Pływanie dla każdego
* Edmund Bartkowiak, Pływanie sportowe
* Ryszard Karpiński, Pływanie. Podstawy, techniki, nauczanie
* Beata Zysiak Christ, Aneta Figurska,Izabela Stasikowska, Metodyczne podstawy aqua fitness
* Zdrowy kręgosłup. Stres. Wady postawy. Ćwiczenia - opracowania zbiorowe
* Aleksandra Orlikowska, Wiesław Niesłuchowski, Stanisław Szabuniewicz, Ćwiczenia usprawniające kręgosłup. Poradnik
* Julita Bator, Zamień chemię na jedzenie
* Gillian McKeith, Jesteś tym, co jesz
* Ewa Chodakowska, Przepis na sukces
* Anna Lewandowska, Żyj zdrowo i aktywnie z Anną Lewandowską
* Beata Cieślowska, Patrycja Cieślowska, Superfoods, czyli żywność o wysokiej wartości odżywczej
* Marek Zaremba, Jaglany detoks
* David Servan-Schreiber, Antyrak. Nowy sposób życia

<https://www.youtube.com/watch?v=SMkccyjsPDQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=XcbPwBcc2nc>

<https://www.youtube.com/watch?v=G4tXjmhfxVs>

<https://www.youtube.com/watch?v=P7Hzm73iQwY>

<https://www.youtube.com/watch?v=PKyQKTSbg7E>