



ثا: شقان (بابي ڪئي)  
shivan\_at@hotmail.com



## ترمزي GPX 13QT

ٺانڪو ترمزي ب راديو و مسهجل. نهف  
ترمزي هه تيته بڪارئينان ل سهيران و  
دهرڪهفتنان وهك ترمز و وهك راديو و  
مسهجل، و تو دشين في ترمزي ز مالپهرا  
www.thesportsauthority.com  
ب نيزيڪي ۲۵ ڊولاران بڪري.



## مشڪ ... نهخت

### گزيترتا هاوان

ز تيتالين سهيرين  
خه لڪي گزيترتا هاوان،  
پيشڪيشڪرنا زمارهڪا  
زور ز مشكان وهك نهختي  
ڪچڪي و هندي ڪچڪ  
جوانتر بيت نهختي وي  
پتر مشڪن!!!!

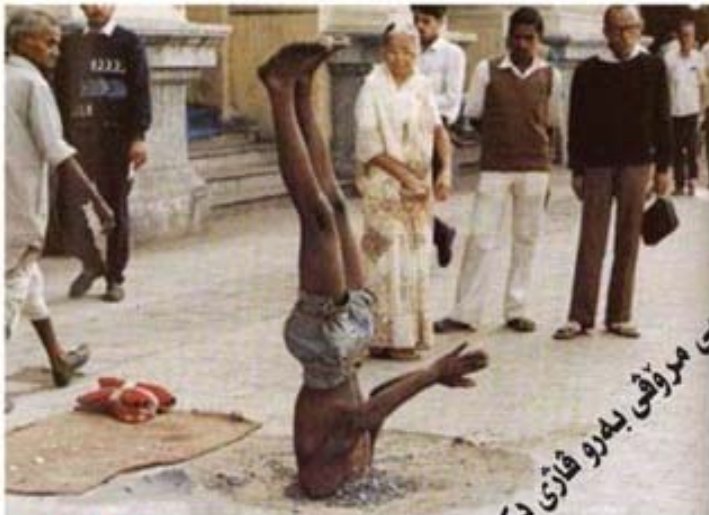
### گزيترتا جاوا

زبو بدسههئينا  
دهستيرانا زن ئيناني  
ل في گزيترتي دقيت  
ههر بويڪ و زافايهڪ  
۲۵ ڪوريين مشڪا  
نامادهڪن.



## ٺاميرهڪ بو ٺاشڪهراڪرنا درهوينان

ٺيڪ ز ڪومپانيين تايهت ب چيڪرنا ٺاميرين ٺلڪتروي ٺاميرهڪي بچويڪ يي چيڪري ته مهت پهحنيا دهستي مروفي  
په، نهف ٺاميره دشيت دهنگي مروفي شروفهڪهت و ههر نهروههتيهڪ پان گيروڪرنهڪ د ٺاخفتني دا ڪو ديارهڪت نهف  
مروفه يي دروههڪي دهڪت، نهف ٺاميره دي راپورتهڪي ل سهه في مروفي نامادهڪت.... ڪا نهف ڪهسه درهوا دهڪت  
پان نه!!!! بهايي في ٺاميره ۲۲,۹۵ ڊولارين ٺيسٽرلينيه.



مفلسي مروفي بهرو فاري دهڪت

## في مالپهري بنياسه

<http://www.thedietchannel.com>



نهف مالپهري يي  
تايهته ب ههمي  
جورين پاريزي فه  
وهڪ، ڪولسترول،  
قهلهوي، سڪهري..