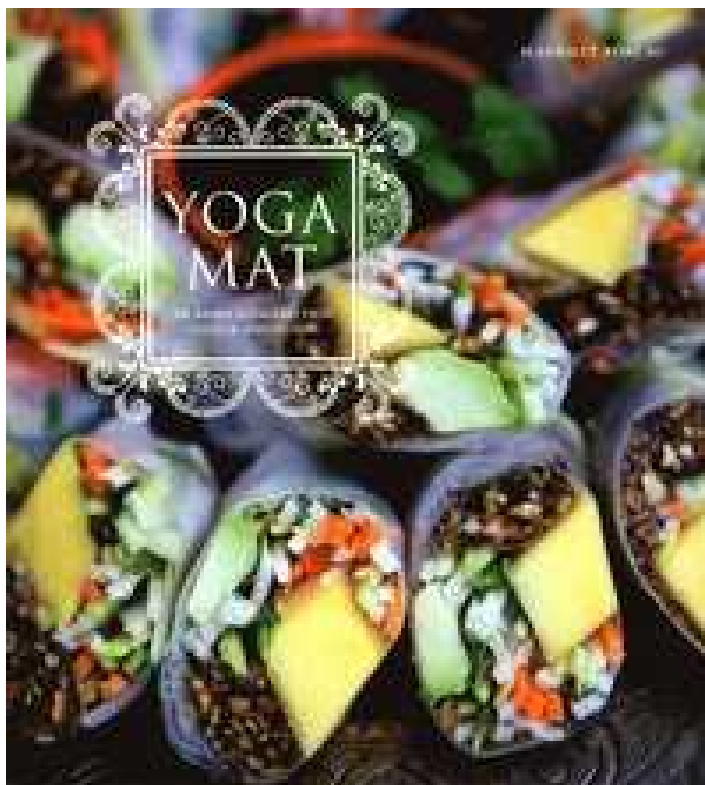


Yogamat PDF E-BOK

Tove Jansson,Cecilia Davidsson



Författare: Tove Jansson,Cecilia Davidsson

ISBN-10: 9789187785641

Språk: Svenska

Filstorlek: 3467 KB

BESKRIVNING

Vad är yogamat? Jo, det är god mat som är fullproppad med näring, mat som du är sugen på när du har yogat. Den innehåller mycket grönsaker och rätterna kan bland annat tillagas genom ångkokning, rostning eller ätas som raw food. Maten är lättsmält och rik på enzymer, antioxidanter, fibrer och nyttiga mjölksyrebakterier. Här finns den snabba linssoppan som du enkelt gör direkt efter jobbet, en balinesisk lunchsallad med jordnötter, den krämiga yogagröten som håller dig mätt i flera timmar och den matiga mackan som du tar efter kvällens pass. Men här finns även tårtan med nötbotten och hallonkräm och flera varianter av muffins och chokladbollar. God mat som man mår bra av är ofta väldigt enkel.

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Yoga Mats | Amazon.com

Pris: 245 kr. inbunden, 2014. Skickas inom 2-5 vardagar. Köp boken Yogamat av Anna Gidgård, Cecilia Davidsson (ISBN 9789187785641) hos Adlibris. Fri frakt.

Yogamattor online | Köp sportutrustning på Sportamore.se

Shop the best and largest selection of Yoga Mats at YogaOutlet.com. Free shipping on \$75+. Low Price Guarantee. The Web's Top Yoga Shop.

Kost & Recept - Yoga. Kost. Hälsa

Nordens bredaste sortiment av yogamattor & tillbehör - hitta ekologiska och giftfria props & yogamattor från märken som Yogiraj, Yoga-Mad & Manduka.

LÄS MER