

Tags: Snabbare Starkare Friskare epub books download; Snabbare Starkare Friskare bok pdf svenska; Snabbare Starkare Friskare ladda ner pdf e-bok; Snabbare Starkare Friskare e-bok apple; Snabbare Starkare Friskare MOBI download; Snabbare Starkare Friskare las online bok

---

## **Snabbare Starkare Friskare PDF E-BOK**

**Mia Clase,Lina Nertby Aurell**



Författare: Mia Clase,Lina Nertby Aurell

ISBN-10: 9789198329308

Språk: Svenska

Filstorlek: 1280 KB

## **BESKRIVNING**

Syftet med den här boken är att ge dig information om hur du sätter ihop ett optimalt program som omfattar kost, fysisk aktivitet och specifika träningspass som förbättrar din energi, prestation, hälsa och livskvalitet. Informationen syftar till att inspirera alla människor på alla nivåer. Oavsett om du är vardagsmotionär eller elitidrottare, ung eller gammal, ska du kunna träna livet ut utan att offra din hälsa.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Snabbare starkare friskare - med integrativ idrottsnutrition**

Peter Wilhelmssons bok "Snabbare, Starkare, Friskare med integrativ idrottsnutrition" är en väldigt komplex bok om idrottsnutrition.

### **Snabbare Starkare Friskare med integrativ ... - Naturprodukter.se**

Peter har skrivit en bok om träning och hur man både optimerar sin träning och prestation men även håller sig friskare. Boken tar upp väldigt mycket fakta om ...

### **Podcast 4Health: Peter Wilhelmsson - Integrativ idrottsnutrition och ...**

Pris: 288 kr. kartonnage, 2016. Skickas inom 2-5 vardagar. Köp boken SNABBARE STARKARE FRISKARE av Peter Wilhelmsson (ISBN 9789198329308) hos Adlibris. Fri frakt.

**SNABBARE STARKARE FRISKARE**

***LÄS MER***