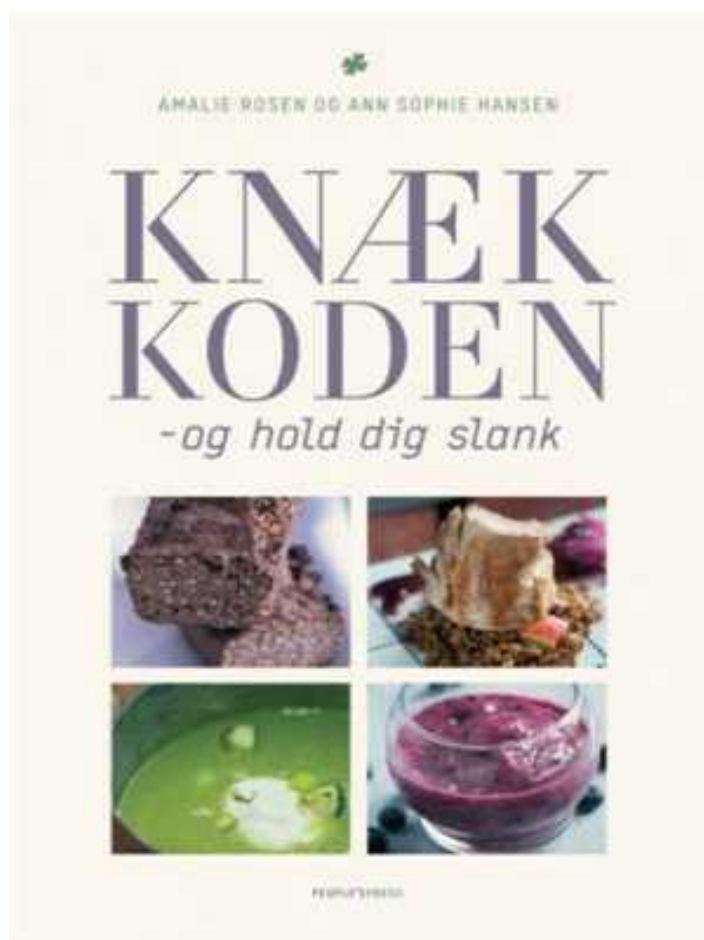


Knæk koden - og hold dig slank PDF

Ann Sophie Hansen



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Ann Sophie Hansen

ISBN-10: 9788771086591

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 1960 KB

BESKRIVELSE

'Knæk koden - og hold dig slank' er en slangebog til dig, der ønsker at opnå et vægttab på en måde, hvor sundhed og velvære er i fokus. Alt for mange slankekure er for besværlige og for dyre, og alt for tit ender man med at tage de tabte kilo på igen, når kuren er overstået. Knæk koden er opbygget som et forløb over fire uger og indeholder alt, hvad du skal bruge for opnå et sundt og varigt vægttab. Her omsættes den nyeste videnskabelige forskning til enkle brugbare kostråd og kombineres med praktiske øvelser og redskaber. Sidst men ikke mindst indeholder bogen en række lækre, sunde opskrifter, der alle lever op til de nye kostråd. Ann Sophie Hansen er uddannet klinisk diætist. Amalie Rosen er uddannet professionsbachelor i Ernæring og Sundhed og har tidligere bl.a. arbejdet som kostvejleder sammen med Lene Hansson. Sammen har de firmaet Kost Consult, som tilbyder kostvejledning, sundhedstjek og sundhedsfremmende tiltag til både virksomheder og privatpersoner.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Bliv sund og slank på få uger med ... Ind- og udvendig ... Sig pænt farvel til dine slappe baller. 379,-/ 650,-
Læs mere. Bliv den bedste udgave af dig selv! fra ...

Køb 'Knæk koden - og hold dig slank' bog nu. 'Knæk koden - og hold dig slank' er en slankebog til dig, der ønsker at opnå et væ ...

Søg i alle. Søg i alle; Bøger. Kategorier Biografier og Erindringer Digte Dyr og Natur Engelske Bøger
Historie og Samfund Hobby og Fritid Humor Hus og Have Mad ...

KNÆK KODEN - OG HOLD DIG SLANK

[Læs mere ...](#)