

## Objectif minceur PDF

Jean-Michel Cohen



*Ceci est juste un extrait du livre de Objectif minceur. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.*



Auteur: Jean-Michel Cohen  
ISBN-10: 9782290022948  
Langue: Français  
Taille du fichier: 1392 KB

## LA DESCRIPTION

" Le régime que je vous propose est avant tout agréable, simple, raisonnable et durable. Pour le mener à bien, il vous faudra respecter les principes de base qui vous conduiront vers le poids désiré en douceur. " Pour mincir facilement, durablement et en toute sécurité, suivez le programme d'amaigrissement du Dr Jean-Michel Cohen, qui se déroule en trois phases : La phase " confort " vous fera perdre en moyenne 3 à 4 kilos par mois ; avec la phase " booster ", vous perdrez rapidement 4 à 5 kilos en 15 jours (à renouveler) ; la phase " consolidation " vous permettra de ne pas reprendre de poids. Sans renoncer au plaisir, Objectif minceur vous fera maigrir semaine après semaine, grâce aux menus, aux conseils et aux 50 recettes savoureuses du Dr Jean-Michel Cohen.

**QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?**

Slim Design - Huile Minceur, Elancyl Laboratoire, flacon 150 ml, prix indicatif : 19 €

Pour perdre du poids de manière efficace et durable, il faut adopter une alimentation saine et équilibrée. Le but n'est pas de maigrir en quelques jours. Mais d ...

Objectif Minceur. 1,681 likes · 1 talking about this. Objectif minceur vous propose un bilan personnalisé et des conseils minceur pour perdre du poids...

## **OBJECTIF MINCEUR**

[Lire la suite...](#)