

To nemme uger med sense PDF

Suzy Wengel



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



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Suzy Wengel
ISBN-10: 9788740043471
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 3678 KB

BESKRIVELSE

Sense er en livsstil med almindelig mad i fornuftige mængder til dig, der gerne vil have sund og varieret mad. Sense henvender sig til alle mennesker, uanset størrelse og vægt, og er også velegnet til at sikre vedvarende vægttab. Også for dig med diabetes kan Sense-kost være vejen til et bedre liv - endda i mange tilfælde til et liv med mindre eller slet ingen medicin, med stabilt blodsukker og god vægtkontrol. Den nyeste forskning inden for diabetes viser, at en kost sammensat efter principperne i Sense med en kontrolleret mængde af brød, pasta, ris, kartofler, grøntsager og frugt i god balance med protein og fedtstoffer sikrer et stabilt blodsukker gennem hele dagen. Forskningen passer med de erfaringer, vi selv har gjort os gennem de seneste år, hvor vi har hjulpet hundredvis af mennesker til et lettere, sundere og gladere liv. Bogen indeholder et afsnit om vores erfaringer med Sense og diabetes. Her gennemgår vi også den nyeste forskning. Ligeledes kan du finde en grundig gennemgang af principperne bag Sense, inden vi når til opskrifterne. Opskrifterne indgår i en komplet madplan for to uger. Madplanen kan være en god hjælp til at komme i gang med at 'sense' din egen mad. Når de to uger er gået, er der en god chance for, at du har principperne så meget inde under huden, at du kan fortsætte din rejse på egen hånd.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Sense er en livsstil med almindelig mad i fornuftige mængder til dig, der gerne vil have sund og varieret mad. Sense henvender sig til alle mennesker, uanset

Se billigste To nemme uger med sense: også for dig med diabetes, Hæfte Laveste pris kr. 99,- blandt 13 butikker Se anmeldelser ☆ og sammenlign med andre ...

Køb 'To nemme uger med sense' bog nu. Sense er en livsstil med almindelig mad i fornuftige mængder til dig, der gerne vil have sund og varieret mad.

TO NEMME UGER MED SENSE

[Læs mere ...](#)