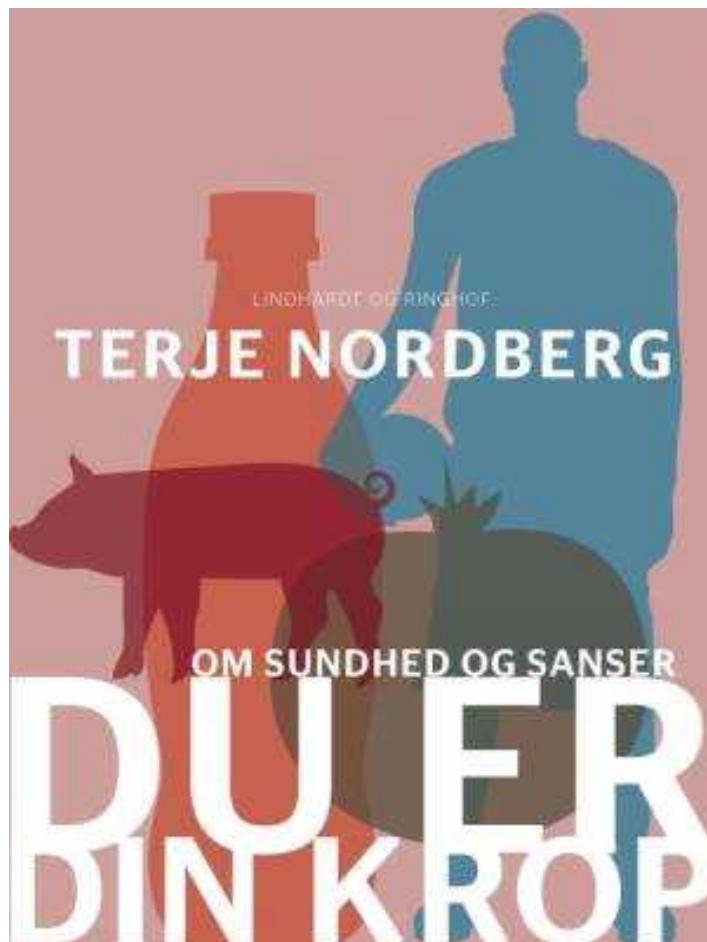


## Du er din krop PDF

Terje Nordberg



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



Forfatter: Terje Nordberg  
ISBN-10: 9788711831861  
Sprog: Dansk  
Filstørrelse: 1122 KB

**BESKRIVELSE**

Kroppen er helt fantastisk og meget mere end bare det, du ser i spejlet om morgenen. Kroppen er også dine sanser og følelser og den rummer din kreativitet og dine drømme. Derfor er det vigtigt at lytte til kroppen og forstå den. Den kan meget mere, end du måske kan forestille dig. I denne bog kan du læse om hvordan du passer bedst på din krop, om fysisk og mental træning, kost og om en række kendte idrætsgrene.

## **HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

DR søger mænd og kvinder, der ikke er glade for deres krop.

Sommeren nærmer sig langsomt og det betyder at bikinisæsonen er på vej... PANIK! Derfor kunne det jo være rart llliiige at smide et par kilo eller to, så hvorfor ...

Du er din krop (bog) af forfatteren Terje Nordberg | Oprettet fra inventtable | Kroppen er helt fantastisk og meget mere end bare det, du ser i spejlet om morgenen.

## **DU ER DIN KROP**

[Læs mere ...](#)