

## Den letteste vej til flad mave PDF

Gitte Heidi Rasmussen



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



Forfatter: Gitte Heidi Rasmussen

ISBN-10: 9788702171877

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 2017 KB

## BESKRIVELSE

Drømmer du om flad mave, et mindre taljemål eller måske blot at komme nogle af de ekstra kilo på maven til livs? Glem mavebøjninger og timer i fitnesscenteret. Hemmeligheden er, hvad du spiser – og ikke mindst sammensætningen af, hvad du spiser. I 'Den letteste vej til flad mave' får du opskriften på, hvordan du skruer din kost sammen, så kiloene på maven giver slip – én gang for alle. Bogen indeholder 200 lækre opskrifter med masser af grønt, magert kød og de gode fedtstoffer, der er helt afgørende for at få gang i vægttabet på maven. For at gøre det let for dig har vi samtidig skelet til kalorierne, og følger du bogens opskrifter nøje, kan du opnå et vægttab på 5 kilo på bare 4 uger. Med andre ord en enkel, men effektiv kur til dig, som gerne vil ned i vægt og samtidig spise dig mæt i lækker mad.

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

Den Letteste Vej Til Flad Maven bog: - 200 lækre opskrifter, der fjerner de ekstra kilo - én gang for alle  
Drømmer du om flad mave, et mindre taljemål...

En flad mave behøver ikke at være svær at opnå ... og dermed en vej til en fladere mave, ... Det er blot den letteste måde at styre kalorierne, ...

"Den letteste vej til flad mave" [1. udgave, 1. oplag] af Gitte Heidi Rasmussen - Hæftet (Bog med hæftet ryg). På dansk. Genre: Kogebøger. Udgivet 04/06-2015.

## **DEN LETTESTE VEJ TIL FLAD MAVEN**

[Læs mere ...](#)