

Fars fede kur PDF

Henrik Duer



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



Forfatter: Henrik Duer
ISBN-10: 9788740039139
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 4383 KB

BESKRIVELSE

Uden at tænke sig ordentligt om er journalisten Ole Rasmussen, bl.a. kendt fra Politikens populære satirespalte ATS, gået med til at følge et vægttabsprogram hos træningsfysiologen Henrik Duer. Ole, der har rundet de 50, har rigeligt store dansehåndtag til konen. For mange år på den lade side, for mange gode måltider og et rygestop har sat sine spor på den gode mand, der i dag også er en stor mand. Efter mange hundrede gulerødder og en del ture i romaskinen må den velvoksne journalist konstatere, at det rent faktisk virker, det der med at bevæge sig og spise lidt anderledes. Ole taber sig, og det er lige før, han også synes, det føles rigtigt rart. Følg Ole Rasmussen, der uge for uge humoristisk rapporterer fra en fremmedartet verden af proteinchips, intervaltræning, skridtmål og meget mere – og find inspiration til eget vægttab i eksperten Henrik Duers råd om mad, vægttab og træning.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

I anledning af deres nye bog "Fars fede kur - Hvis han kan tabe sig, så kan du også" var journalist Ole Rasmussen og træningsfysiolog Henrik Duer forbi ...

"Fars fede kur" [1. udgave, 1. oplag] af Ole Rasmussen og Henrik Duer - Indbundet (Indbundet bog). På dansk. Genre: Krop og Sind, Div.. Udgivet 24/10-2017. Vejer 530 ...

Køb Fars fede kur. Uden at tænke sig ordentligt om er journalisten Ole Rasmussen, bl.a. kendt fra Politikens populære satirespalte ATS, gået med ...

FARS FEDE KUR

[Læs mere ...](#)