

Tab og vind med samme krop PDF

Jan Patrick Skaarup



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



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Jan Patrick Skaarup

ISBN-10: 9788793162143

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 1745 KB

BESKRIVELSE

Verden bugner af gode råd om mad og slankekur. Nogle bøger lokker med mirakelkure og lyndiæter, der i løbet af få uger angiveligt vil fjerne alt overflødigt fedt fra vores kroppe, hvorefter det langsomt indfinder sig igen. Men der er desværre ingen genveje. Hvis man springer over, hvor gærdet er lavest, risikerer man at snuble over sine egne fødder. Denne bog er en humoristisk og motiverende fortælling om at forelske og slanke sig. Forfatteren fortæller om sin egen kamp for at tabe sig, der startede dagen efter hans 60 års fødselsdagsfest. Han så et foto fra festen og fik et chok over sin kropslige udvikling. Det blev til en brat sundhedsmæssig opvågning og sideløbende med en indledt slankekur, der hurtigt gav resultater, derfor vovede han sig ud i en flirt på Tinder. I håb om at forbedre sine chancer for en date, sendte han sit "offer" en digitalt forbedret version af sig selv. Men hvad ville der ske, når hun mødte den ægte vare, ville han så blive afvist eller få en chance? Forfatterens flirt var en veluddannet thailandsk kvinde fra Bangkok, en sundhedsbevidst og kræsen kvinde, der efterhånden som kærligheden manifesterede sig og ægteskabet blev indgået, pressede og skubbede og støttede forfatteren i sin færd frem mod et sundere og bedre liv. De 2 sidste kapitler i bogen er generelle betragtninger og fakta om kost og vitaminer. Jan Patrick Skaarup, tidligere shippingmand, kommunal sagsbehandler, skuespiller, sanger og fotograf udgav i 2015 en bog om sin grandonkel udbryderkongen Carl August Lorentzen, efterfulgt af novellesamlingen Manden bag spejlet i 2016. Bogen er illustreret af tegneren Mads Byskov, som også har produceret illustrationen på forsiden. Vibe Ribergaard har stået for omslaget.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Tab og vind med samme krop: Inspireret af verdens sødeste slankekur (Forfatter: Jan Patrick Skaarup, Forlag: Skaarups Forlag, Format: Hæftet, Type: Bog, ISBN ...

Tab og vind med samme krop ... men de giver også info om hvordan du bruger vores hjemmeside, så vi kan forbedre den både for dig og for andre - Læs mere ...

"Tab og vind med samme krop" [1. udgave, 1. oplag] af Jan Patrick Skaarup - Hæftet (Bog med hæftet ryg). På dansk. Genre: Krop og Sind, Div.. Udgivet 09/11-2017.

TAB OG VIND MED SAMME KROP

[Læs mere ...](#)