

Tags: 200 trucchi infallibili per mangiare bene e sentirsi meglio libro pdf download, 200 trucchi infallibili per mangiare bene e sentirsi meglio scaricare gratis, 200 trucchi infallibili per mangiare bene e sentirsi meglio epub italiano, 200 trucchi infallibili per mangiare bene e sentirsi meglio torrent, 200 trucchi infallibili per mangiare bene e sentirsi meglio leggere online gratis PDF

200 trucchi infallibili per mangiare bene e sentirsi meglio PDF

Judith Rodriquez



Questo è solo un estratto dal libro di 200 trucchi infallibili per mangiare bene e sentirsi meglio. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Judith Rodriquez
ISBN-10: 9788857306292
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3140 KB

DESCRIZIONE

Tanti piccoli trucchi, facilissimi da mettere in pratica, per diminuire l'apporto calorico, combattere il sovrappeso e rimanere in forma per tutta la vita. Pratico da consultare grazie alle numerose tabelle informative, agli elenchi di alimenti in ordine di calorie e di valori nutrizionali e all'efficace comparazione dei pro e dei contro delle varie diete: il crudismo, la dieta vegana, il digiuno, la dieta Paleo... Un valido aiuto per cucinare in modo gustoso e leggero, concedersi qualche sfizio ma senza eccedere quando si mangia fuori casa, al fast food, al ristorante, alle feste; per scegliere il regime più compatibile con le specifiche esigenze di salute.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Acquista il libro 200 trucchi infallibili per mangiare bene e sentirsi meglio di Judith Rodriquez in offerta; lo trovi online a prezzi scontati su La Feltrinelli.

Mangiare bene, dormire meglio. Proposte mirate, rimedi e idee appetitose per chi soffre d'insonnia, Libro di Lorenza Dadduzio, Elvira Greco. Sconto 15% e Spedizione ...

Mondolibri offre ai propri Soci proposte e recensioni dei migliori libri, ma anche offerte per viaggi indimenticabili e occasioni di shopping on line.

200 TRUCCHI INFALLIBILI PER MANGIARE BENE E SENTIRSI MEGLIO

[Leggi di più ...](#)