

La dieta del supermetabolismo PDF

Haylie Pomroy



Questo è solo un estratto dal libro di La dieta del supermetabolismo. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Haylie Pomroy
ISBN-10: 9788868362652
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3066 KB

DESCRIZIONE

Haylie Pomroy ha aiutato migliaia di persone a perdere fino a 10 chili in 4 settimane, semplicemente grazie al potere bruciagrassi dei cibi. La nutrizionista ci ricorda che gli alimenti non rappresentano il nemico, ma una medicina necessaria a riattivare il metabolismo rallentato e apatico al fine di trasformare l'organismo in una fornace bruciagrassi. Il suo metodo esclusivo prevede una rotazione settimanale di alimenti capace di scatenare questo processo. Mangerai molto - tre pasti e due spuntini al giorno - e nonostante ciò perderai peso. Non dovrai più contare le calorie e non rinuncerai a nessuna categoria di cibi. Utilizzata in diversi centri di cura non solo per dimagrire ma anche per combattere diabete, malattie metaboliche e croniche, questa dieta ha convinto celebrità e atleti per l'efficacia e la velocità dei suoi risultati. In 4 settimane vedrai calare drasticamente il tuo peso, e non stupirti se il tuo colesterolo si abbasserà sensibilmente e il tasso glicemico si stabilizzerà; ritroverai l'energia, dormirai meglio e sentirai meno lo stress. Con semplici schemi alimentari e oltre cinquanta ricette - compresi piatti vegetariani e senza glutine - questo libro è la soluzione per chi ha provato senza successo tutti i tipi di dieta, per chi una dieta non l'ha mai fatta ma vuole dare una sferzata al proprio metabolismo e per tutti quelli che vogliono mangiare in modo sano e naturale per essere più snelli, forti e in forma.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Grazie alla dieta del supermetabolismo, ora è possibile perdere peso velocemente La dieta del supermetabolismo, come perdere 10 kg in un mese - La dieta ...

L'hanno provata quasi tutte le celeb di Hollywood. Riattiva il metabolismo sopito e, rispettando alcune semplici regole, promette la perdita fino a 10 ...

Capitolo 4 - Le regole della dieta del Supermetabolismo: cosa fare e cosa non fare Capitolo 5 - Come applicare la dieta del Supermetabolismo al proprio caso.

LA DIETA DEL SUPERMETABOLISMO

[Leggi di più ...](#)