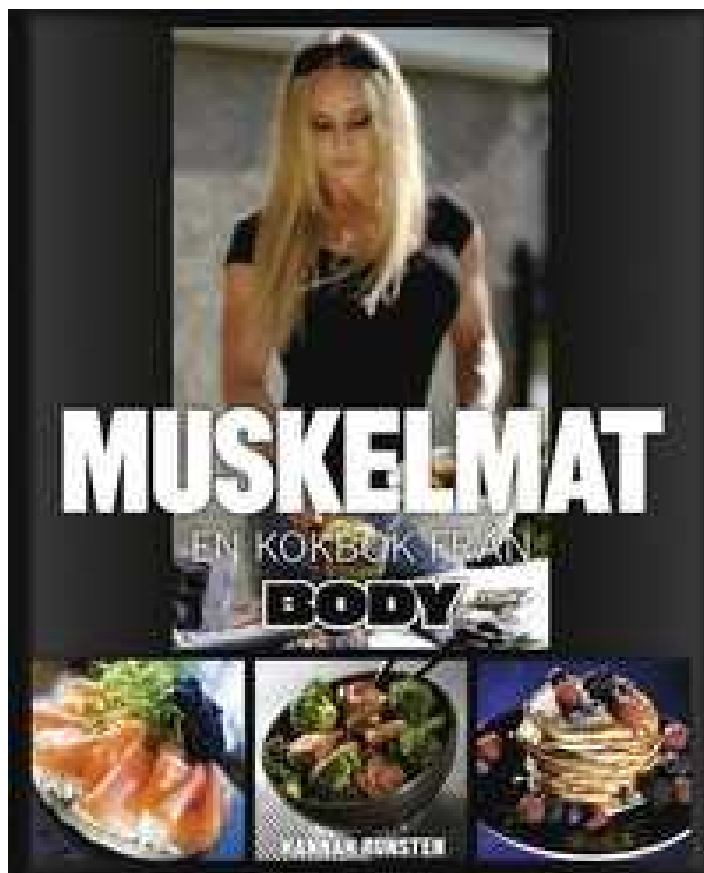


Tags: Muskelmat : en kokbok från Body ladda ner pdf e-bok; Muskelmat : en kokbok från Body las online bok; Muskelmat : en kokbok från Body bok pdf svenska; Muskelmat : en kokbok från Body epub books download; Muskelmat : en kokbok från Body MOBI download; Muskelmat : en kokbok från Body e-bok apple

Muskelmat : en kokbok från Body PDF E-BOK

Hannah Runsten



Författare: Hannah Runsten

ISBN-10: 9789197906456

Språk: Svenska

Filstorlek: 3324 KB

BESKRIVNING

Mat som gör dig snygg och mätt. I den här boken har vi samlat 203 recept - alla skräddarsydda för att ge dig det du behöver för att må bra, och dessutom få dig att se förbaskat bra ut! Inga snabbfixar, konstiga extremdieter eller tokigheter. Bara en inspirerande kokbok fylld av lättlagade och näringsberäknade recept-med rena och hälsosamma livsmedel, där proteinet står i fokus. Det här är en bok för dig som gillar att träna, inte minst på gym. Och för dig som önskar perfekta resultat av din träning, utan att lägga på dig onödigt fett. Men den är också för dig som helt enkelt uppskattar god och näringsriktig mat varje dag, hela dagen. Som sagt-med den här boken får du mat som gör dig snygg. Och mätt.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Muskelmat - så ska du äta för att bli stark och fit

Kokboken MUSKELMAT gjorde succé och nu släpps den efterlängtrade uppföljaren. MER MUSKELMAT innehåller en ... MER MUSKELMAT ges ut av tidningen BODY och ...

Muskelmat : en kokbok från Body - Hannah Runsten - Bok | Akademibokhandeln

Bevaka Muskelmat: en kokbok från Body så får du ett mejl när boken går att Är uträknat hur många kalorier de är i maten så man behöver inte räkna de själv.

Köp Body Magazine | MM Sports

Pris: 399 kr. Inbunden, 2013. Tillfälligt slut. Bevaka Muskelmat : en kokbok från Body så får du ett mejl när boken går att köpa igen. Boken har 18 st ...

Muskelmat : en kokbok från Body

LÄS MER