

Tags: Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp libro pdf download, Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp scaricare gratis, Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp epub italiano, Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp torrent, Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp leggere online gratis PDF

---

## **Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp PDF**

**Valérie ORSONI**



*Questo è solo un estratto dal libro di Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



Autore: Valérie ORSONI  
ISBN-10: 9788820059415  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 3313 KB

## DESCRIZIONE

Valérie Orsoni, nutrizionista e coach, ha letto, studiato e provato per selezionare i fattori più efficaci delle diete più famose. Il risultato è un metodo - spiegato nel suo libro *La dieta LeBootCamp* -, scientificamente testato da un pool di medici, ricercatori e atleti. Il programma LeBootCamp prevede quattro fasi. Detox: libera il corpo dalle tossine, i primi chili se ne vanno in fretta, si fa un pieno di energia e antiossidanti. Attacco: si perdono i chili più difficili, si riduce la cellulite, si tonifica il corpo. Booster: ha un effetto accelerante sul metabolismo per eliminare gli ultimi chili o per tornare in forma dopo periodi di gozzoviglie (tipo le feste); inoltre è ideale per ottenere la pancia piatta. Equilibrio: la chiave per restare magri tutta la vita e stabilizzare il peso in modo definitivo. Coloro che l'hanno provato testimoniano che il metodo funziona anche grazie a un'alimentazione gustosa con deliziose ricette. Questo libro, oltre a riepilogare il metodo, offre 30 menu e più di 200 ricette, dagli aperitivi ai dessert per tutte e quattro le fasi. Semplici da realizzare, pensate anche per vegetariani e vegani e per chi soffre di intolleranze.

**COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Risparmia comprando online a prezzo scontato Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp scritto da Valérie Orsoni e pubblicato da Sperling & Kupfer.

Dieta LeBootCamp: tratta dal libro di ricette di Valérie ... senza soia e senza latticini tratta da Dimagrire per sempre con le Ricette della Dieta ...

## **DIMAGRIRE PER SEMPRE CON LE RICETTE DELLA DIETA LEBOOTCAMP**

[Leggi di più ...](#)