

La dieta proteica PDF

Annamaria Valenti



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



Autore: Annamaria Valenti
ISBN-10: 9788865088463
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2794 KB

DESCRIZIONE

Una dieta per mantenersi in forma e aumentare la massa muscolare. Per gli sportivi e per gli amanti del corpo scultoreo. La dieta corta o lunga e le sue origini, i consigli per mantenere la forma fisica, il diario per gli appunti del mese, i benefici a lungo termine e la bilancia di ogni settimana.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Mara Venier è riuscita a perdere ben 10 chili in vista del suo ritorno a Domenica In, seguendo una dieta proteica molto particolare.

La dieta proteica Kalibra® si basa su un metodo scientifico studiato in tutto il mondo, con la sicurezza di un supporto medico lungo tutto il percorso.

LA DIETA PROTEICA

[Leggi di più ...](#)