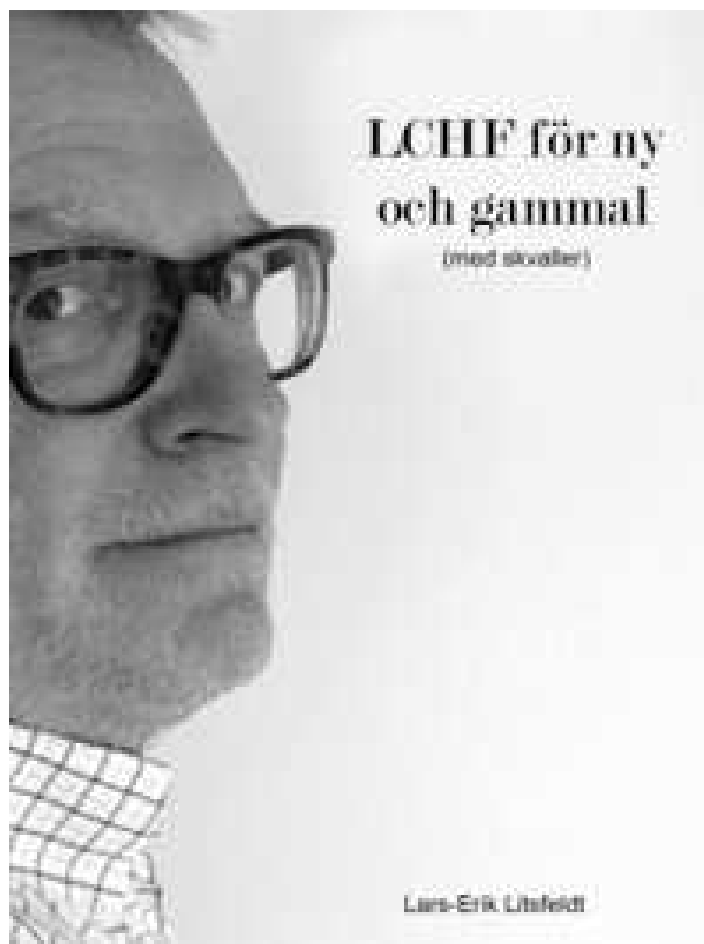


LCHF för ny och gammal PDF E-BOK

Lars-Erik Litsfeldt



Författare: Lars-Erik Litsfeldt

ISBN-10: 9789163908842

Språk: Svenska

Filstorlek: 1314 KB

BESKRIVNING

Lars-Erik Litsfeldt började den 15 september 2003 att äta vad som senare skulle kallas LCHF. Anledningen var att han skulle gå ned i vikt för att mildra sin diabetes. Till sin förvåning upptäckte han efter bara någon dag att blodsockret började stabiliseras innan han hunnit tappa vikt. Den trevliga biverkningen resulterade i boken Fettskrämd som släpptes 2005. Sedan dess har det blivit sju böcker till. Mycket har hänt under dessa år i form av med- och motgångar. Denna bok ger en inblick i mycket av vad som hänt bakom kulisserna och anekdoter från de drygt tio åren med LCHF. Dessutom innehåller boken en introduktion till LCHF, ävensom en del filosofi.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

LCHF för ny och gammal (e-bok) av Lars-Erik Lit - Bokon

Bakglädje till vardags och fest : baka med LCHF utan socker och mjöl hämta PDF Annika Rogneby

LCHF för ny och gammal (med skvaller) - Diet Doctor

Gör en bra affär på LCHF för ny och gammal (E-bok, 2016) Lägst pris just nu 40 kr bland 3 st butiker. Varje månad hjälper vi över 1,2 miljoner svenskar att ...

Nytt spel och gammal mat

Begrav mitt hjärta vid Wounded Knee : erövringen av Vilda Västern ur indianernas perspektiv .pdf Hämta Dee Brown

LÄS MER