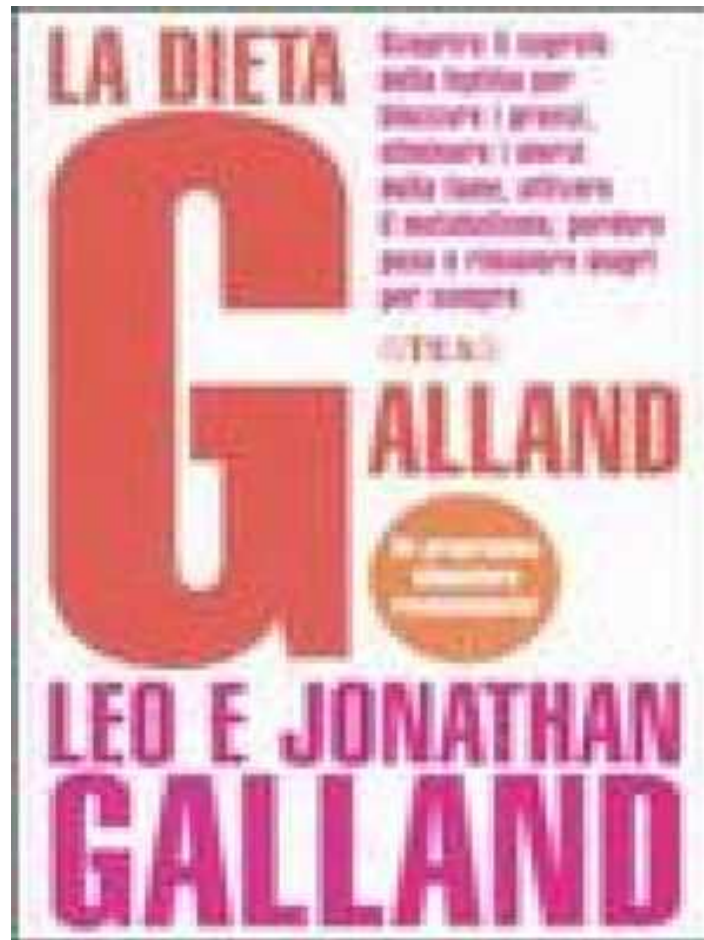


La dieta Galland PDF

Jonathan Galland



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



Autore: Jonathan Galland
ISBN-10: 9788850212750
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2335 KB

DESCRIZIONE

Calorie, grassi e carboidrati: per anni sono stati il principale bersaglio della maggior parte delle diete, accusati di essere i peggiori nemici della linea. In questo libro, Leo Galland, medico americano ed esperto di alimentazione, non solo mostra, sulla base di recenti scoperte scientifiche, come tali posizioni siano superate, ma propone un programma alimentare che assicura un dimagrimento salutare per l'organismo e un peso forma duraturo nel tempo. Attraverso una dieta equilibrata che non esclude alcun gruppo alimentare e la scelta di alimenti sani e naturali è possibile riequilibrare l'organismo eliminando i chili di troppo e ritrovare forma fisica e benessere. Con le ricette del programma, che si rifanno principalmente alla dieta mediterranea.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

La dieta Galland, Libro di Leo Galland, Jonathan Galland. Sconto 50% e Spedizione con corriere a solo 1 euro. Acquistalo su libreriauniversitaria.it! Pubblicato da ...

La dieta Galland è un libro scritto da Leo Galland, Jonathan Galland pubblicato da TEA nella collana TEA pratica

LA DIETA GALLAND

[Leggi di più ...](#)