

Trefwoorden: Het geheim van slanke mensen download gratis pdf, Het geheim van slanke mensenboek pdf gratis, Het geheim van slanke mensen lees online, Het geheim van slanke mensen torrent, Het geheim van slanke mensen epub gratis in het Nederlands, Het geheim van slanke mensen mobi compleet

---

## Het geheim van slanke mensen PDF

Mieke Kusters



Eten wat je wilt... én afvallen

al dagmenu's Chocotadenag | Dinsdag | Hoop Holland | La bella Italia | Fruit festijn | Americ  
vansday | Eerste september | Vrijdag | Groentemenu | Natte herfstag | Zondag avondag | 8  
Chipsdag | Uit eten | Verjaardag | Dinsdag | Dinsdag | Leke zondag | 5 gangen | Compagnon  
aanvullende | Leke vanavond | Dinsdag | Dinsdag | Dinsdag | Dinsdag | Dinsdag | Dinsdag | Dinsdag

*Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.*



Schrijver: Mieke Kusters  
ISBN-10: 9789081725217  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 2435 KB

## OMSCHRIJVING

Dan hoorde ik zo'n dun type zeggen: "Ik eet wat ik wil en ik kom niet aan." Oneerlijk vond ik dat: ik kwam van de wind al aan. Vanaf haar vijftiende was Mieke Kusters met lijnen bezig. Maar afvallen en op gewicht blijven lukte pas echt toen ze haar slanke vriendinnen ging observeren: hoe konden zij wel bitterballen eten en toch in maatje 38 passen? Mieke kopieerde het 'slanke' eetgedrag en werd - met elke dag chocola en wijn - 15 kilo lichter. Mieke ontwikkelde een methode waarin je ontdekt hoe je de regie op je eetgedrag pakt: Alles mag! Je wilt niet langer te veel eten. Jij kiest bewust voor afvallen en slank(er) blijven. In Het geheim van slanke mensen ontdek je hoe ook jij kunt eten wat je wilt... en afvallen!

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

In 2011 voerde ik op advies van Mieke in het begin heel netjes dagelijks de eetmeter van het Voedingscentrum in, totdat het op een gegeven ogenblik vanzelf ging.

Gezond en slank zijn, dat willen we allemaal. Maar terwijl de één al aankomt van het kijken naar de wikkel, kan de ander chocola blijven eten. Volgens afslankcoach ...

Slanke Mensen, auteur Mieke Kusters vertelt hoe je kunt afvallen zonder overdreven dieet

## **HET GEHEIM VAN SLANKE MENSEN**

[Lees verder...](#)