

Slank In 4 Weken PDF

Erich Menden



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



Schrijver: Erich Menden
ISBN-10: 9789044720624
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 4166 KB

OMSCHRIJVING

Een gezond dieet met voor elke maaltijd van de dag en gedurende 4 weken een aangepast, lekker recept. Overgewicht is niet alleen lastig en onaantrekkelijk, het is ook ongezond. Maar die overtollige kilo's verliezen is niet zo eenvoudig. Een heleboel wonderdiëten beloven ons snel te kunnen afvallen, maar houden geen rekening met de stofwisselingsprocessen in ons lichaam. In dit boek bieden de auteurs u adviezen en recepten aan die wel rekening houden met de natuurlijke voedingsbehoeften van het lichaam. Het resultaat is een evenwichtig en nauwkeurig samengesteld dieet dat zijn succes wetenschappelijk bewezen heeft. Het duurt vier weken, en gedurende deze periode krijgt u voor elke maaltijd van de dag een lekker recept. Zo kunt u vier weken genieten van heerlijke recepten en zult u merken dat u gemakkelijk afvalt. In het tweede deel van het boek leert u hoe u uw ideale gewicht kunt behouden wanneer u het eenmaal bereikt hebt. Ten slotte vindt u achter in het boek ook voedingstabellen met het gehalte aan voedingswaarden in de voedingsmiddelen.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Dit Boek Geeft Je Gezonde Recepten Die Binnen 15 Minuten Klaar Zijn... Waardoor Je Binnen 4 Weken Al 8 kilo Kan Verliezen.. Van: Drs. Oscar Helm

Gewichtsconsulente Sonja Bakker heeft geen introductie. Haar naam is als werkwoord 'sonjabakkeren' zelfs opgenomen in de dikke Van Dale. De grote gekte ...

Deze mail service hoort bij de cursus Fit & Slank. Je vindt in deze e-mail twee rubrieken: een recept en de rubriek Wist je dat?

SLANK IN 4 WEKEN

[Lees verder...](#)