

Trefwoorden: Het keuzedieet 2: Afvallen op je werk download gratis pdf, Het keuzedieet 2: Afvallen op je werkboek pdf gratis, Het keuzedieet 2: Afvallen op je werk lees online, Het keuzedieet 2: Afvallen op je werk torrent, Het keuzedieet 2: Afvallen op je werk epub gratis in het Nederlands, Het keuzedieet 2: Afvallen op je werk mobi compleet

Het keuzedieet 2: Afvallen op je werk PDF

Elisabeth Lange



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



Schrijver: Elisabeth Lange
ISBN-10: 9789059512061
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 4787 KB

OMSCHRIJVING

HET KEUZEDIEET 2 Moeiteloos afvallen ondanks prestatiedwang, tijdnoed en kantine-eten? Geer probleem met Het Keuzedieet 2. U ziet in een oogopslag hoe u in restaurants, bakkerijen of kantines slim kiest om overtollig gewicht kwijt te raken. Het praktische concept van dubbele paginas helpt bij een snelle toepassing: links staat wat dik maakt, rechts waarmee u in dezelfde situatie calorieën kunt besparen. Vaak zijn kleine veranderingen voldoende: een ander bijgerecht in de kantine of een loopje meer naar een collegaen je wordt ongemerkt slanker. Daarnaast staan er in dit boek smakelijke recepten: tips om kant-en-klaarproducten te verrijken, snelle recepten voor de kantoorkuken en praktische ideeën om gerechten voor te koken.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

... Het Keuzedieet (2 e druk, mei 2012) ... Omdat je bij het afvallen altijd moet opletten ... Gezond op het werk * Aan de hand van een Quiz * Verdeel de Quiz ...

Daar gaat het dus mis. Je kan je heel gezond voornemen om de fruitschaal aan te vallen als je op werk ... kan je groente snijden en ze met hummus eten. 2 volkoren ...

Afvallen op je werk Verrassend makkelijk en plezierig. Moeiteloos afvallen ondanks prestatiedwang, tijdnood en kantine-eten? Geen probleem met Het Keuzedieet 2.

HET KEUZEDIEET 2: AFVALLEN OP JE WERK

[Lees verder...](#)