

DE VOEDSELZANDLOPER: OVER AFVALLEN EN LANGER JONG BLIJVEN

In De voedselzandloper bewijst arts Kris Verburgh dat gezond eten van groot belang is bij het jong houden van je lichaam en de preventie van ziektes. De voedselzandloper is gebaseerd op de...



READ/SAVE PDF EBOOK

De voedselzandloper: over afvallen en langer jong blijven

Author	Kris Verburgh
Original Book Format	Paperback
Number of Pages	367 pages
Filetype	PDF / ePub / Mobi (Kindle)
Filesize	8.96 MB

Click the button below to save or get access and read the book De voedselzandloper: over afvallen en langer jong blijven online.



Reader's Opinions

Wel een aardig boek. Uiteindelijk komt het altijd op hetzelfde neer. Veel groenten en fruit eten en weet wat je eet. Wat wel fijn was is dat je volgens hem...

Door een gesprek met Niel van Meeuwen ben ik dit boek gaan lezen. We hadden het over topsporten en top-werken. En hoe waardevol het is om goed en gezond te eten als je 'op hoog niveau' wilt werken. Een boek wat de moeite waard is om te lezen als je genteresseerd bent in gezonde voeding. Mooi hoe er een sterke...