

## Stora boken om 5:2 PDF

Åsa Swanberg



*Det här är bara ett utdrag ur Stora boken om 5:2 bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.*



Författare: Åsa Swanberg  
ISBN-10: 9789163610257  
Språk: Svenska  
Filesize: 3088 KB

## BESKRIVNING

Över 100 läckra 5:2-recept 5:2 betyder fantastisk mat, smakrik och fräsch FEM dagar i veckan äter du precis som vanligt. Vad du vill. Men efter ett tag kommer förmodligen att äta mindre, eftersom du blir fortare mätt. TV Å dagar i veckan äter du mindre än vanligt. Men bättre och godare. Recepten innehåller bara läckerheter. Du kommer att längta efter dina fastedagar. 5:2 betyder frihet 5:2-dieten befriar dig från det trista kaloriräknandet. Du lär dig vad din kropp behöver för att kunna fungera maximalt. Dieten befriar dig från alla uppoffringar och skuldkänslor i samband med måltiderna. 5:2 betyder bättre hälsa När du går ner i vikt förbättrar du samtidigt din hälsa. Du undviker eller minskar risken för många vanliga vällivnadssjukdomar. Stora boken om 5:2 är en praktisk handbok och en guide som visar hur du ska laga fantastisk mat med maximal smak. Och med minimala kalorier för de två fastedagarna. Boken ger dig råd och tips om hur du kommer i gång direkt. Du kan starta redan i morgon eller i dag! Kate Harrison Inledde sin yrkeskarriär som TV-producent på BBC, men är sen tio år tillbaka författare och journalist på heltid. Kate har skrivit flera romaner och medarbetar regelbundet i tidningar som The Telegraph, Mail on Sunday och Cosmopolitan. Hon bor i Brighton, där hon också undervisar på olika skrivarkurser.

## VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

LITE VEMOD! MYCKET GLÄDJE! Välkommen till Saabs fantastiska värld. Det här är ingen vanlig historiebok utan till stora delar en dagbok ur Saabs liv passionerat ...

Över 100 läckra 5:2-recept 5:2 betyder fantastisk mat, smakrik och fräsch. FEM dagar i veckan äter du precis som vanligt. Vad du vill. Men efter ett tag kommer ...

Köp boken Stora boken om 5:2 hos oss. stora boken om 5 2 Download stora boken om 5 2 or read online here in PDF or EPUB. Men efter ett tag kommer.

**STORA BOKEN OM 5:2**

[Fortsätt läsa...](#)