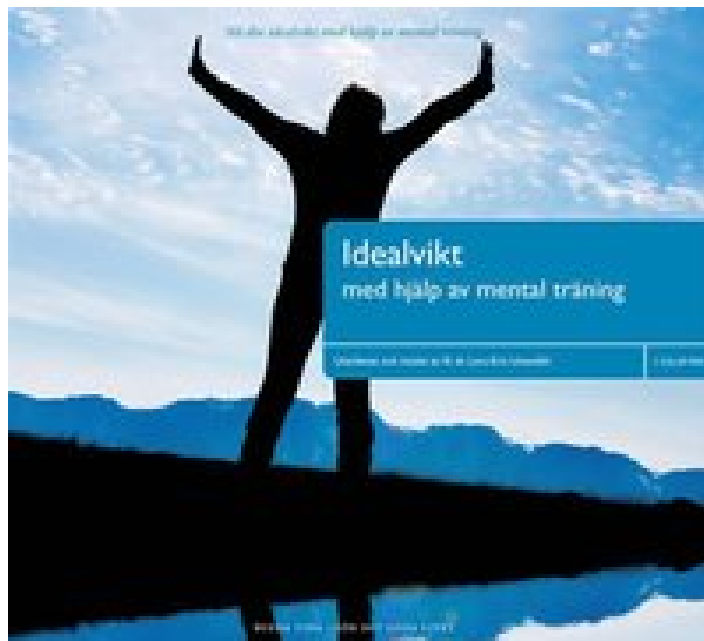


## **Idealvikt PDF**

**Lars-Eric Uneståhl, Stig Wiklund, Johan Olsson, Sara Olsson**



*Det här är bara ett utdrag ur Idealvikt bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.*



Författare: Lars-Eric Uneståhl, Stig Wiklund, Johan Olsson, Sara Olsson

ISBN-10: 9789186389260

Språk: Svenska

Filesize: 2186 KB

**BESKRIVNING**

Avsikten med det här programmet är att hjälpa Dig att långsamt och säkert minska i vikt tills dess Du når den vikt som Du är nöjd med. Ett annat och lika viktigt syfte med träningen är att hjälpa Dig att stanna kvar på den vikten. Boken innehåller följande program: 1. Vägen till idealvikten 2. Behålla idealvikten 3. Sömn Denna ljudbok är intalad och utarbetad av Lars-Eric Uneståhl.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Nyheter från mednytt \"Aborter bör ske med försiktighet\" \"Sjuksköterskor bör ges chans till forskning\"  
Effektivisera och automatisera processer enkelt och snabbt

Idealvikt. En katt med idealisk vikt ska vara välproportionerlig. Man ska kunna urskilja midjan bakom revbenen och känna revbenen genom ett tunt fettlager.

Räkna ut din idealvikt Väger du för mycket/för lite? Kontrollera ditt BMI, Body Mass Index, här. Det visar om du verkligen är överviktig, om din vikt är helt ...

**IDEALVIKT**

[Fortsätt läsa...](#)