

## Gewoon gezond PDF

Karolien Olaerts



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



**DOWNLOAD PDF**

Schrijver: Karolien Olaerts

ISBN-10: 9789492626325

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 2209 KB

## OMSCHRIJVING

Na een jarenlange worsteling met haar gewicht en het tevergeefs uitproberen van allerlei voorgeschreven diëten, neemt voedingswetenschapper Karolien Olaerts het heft in eigen handen. Weg met de dieetboeken en de opgelegde kuren! Met vallen en opstaan ontdekt ze dat het eigenlijk allemaal niet zo moeilijk is: gewoon gezond eten, op basis van groenten en fruit, helpt haar een gewicht te vinden waar ze zich goed bij voelt. Dit boek bevat geen vermageringsdieet. Ook geen ontgiftingskuur. En al zeker geen opgelegd programma dat een begin en een einde kent. Dit boek is wél een gids voor een gezonde levensstijl, op jouw lijf geschreven. Met duidelijke achtergrondinformatie en heerlijke recepten die je kunnen helpen bij het ontwikkelen van een persoonlijke eetfilosofie.

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Eet gewoon gezond, 's-Hertogenbosch. 2,031 likes · 1 talking about this · 1 was here. Als auteurs van het boek "eet gewoon gezond", willen wij onze...

Dit is de website van een Onafhankelijk Herbalife Member. Ga voor de officiële Herbalife website, naar [Herbalife.nl](http://Herbalife.nl). Bekijk onze interessante Herbalife prijslijst ...

Voedingswetenschapper Karolien Olaerts neemt het heft in eigen handen. Weg met dieetboeken en opgelegde kuren! Met vallen en opstaan ontdekt ze dat het eigenlijk niet ...

**GEWOON GEZOND**

[Lees verder...](#)