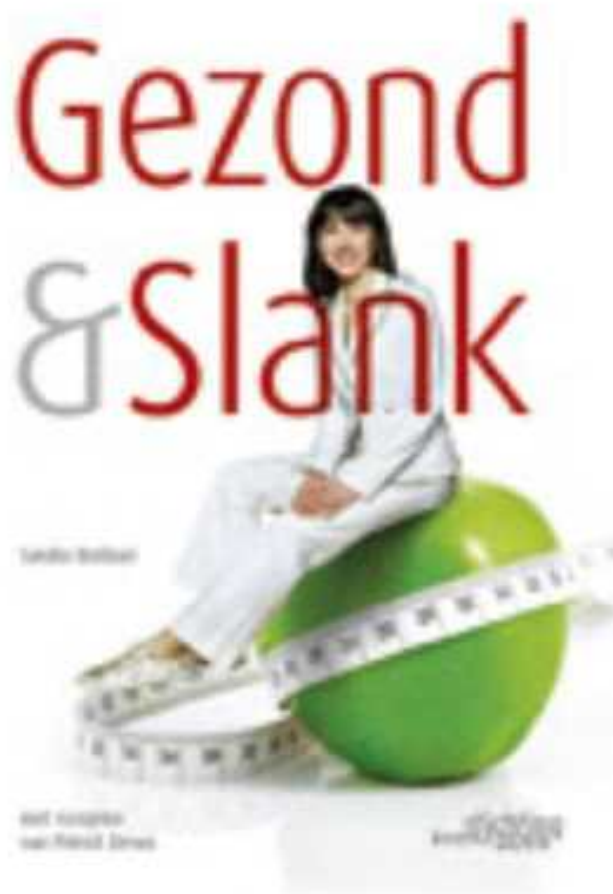


Gezond en slank PDF

Sandra Bekkari



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: Sandra Bekkari
ISBN-10: 9789058563422
Taal: Nederlands
Bestands grootte: 2067 KB

OMSCHRIJVING

Een paar kilos minder, een stralende huid, hernieuwde energie het is slechts een greep uit de positieve effecten van het SANA-dieet. In *Gezond en Slank* begeleidt voedingsdeskundige Sandra Bekkari je stap voor stap op weg naar een gezond en vitaal leven. In 7 SANA-principes legt ze bevattelijk uit hoe superfoods en andere gezonde voedingsmiddelen je welzijn bevorderen. Chef Patrick Devos bereidt een 70-tal aantrekkelijke en creatieve gerechten gebaseerd op de SANA-tips. Maar je hoeft helemaal geen chef te zijn om deze overheerlijke ontbijten, lunches, desserts, soepen en sapjes op tafel te toveren. Deze smaakbommetjes boordevol vitaminen, mineralen en antioxidanten zijn eenvoudig te bereiden voor iedereen. *GezondSlank* is je onmisbare gids met als eindbestemming een gezond, stralend en vitaler leven.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

In dit artikel vertel ik je alles over gezond eten. Bijvoorbeeld wanneer en hoeveel je moet eten, welke voedingsmiddelen echt gezond zijn, welke voedingsstoffen je ...

Een paar kilo's minder, een stralende huid, hernieuwde energie het is slechts een greep uit de positieve effecten van de Sana-methode. In Gezond en Slank begeleidt ...

Eerst even voorstellen: Mijn naam is Yvon Boomsema en ik ben welzijnscoach. Ik begeleid en adviseer cliënten om hun persoonlijke doel te behalen.

GEZOND EN SLANK

[Lees verder...](#)