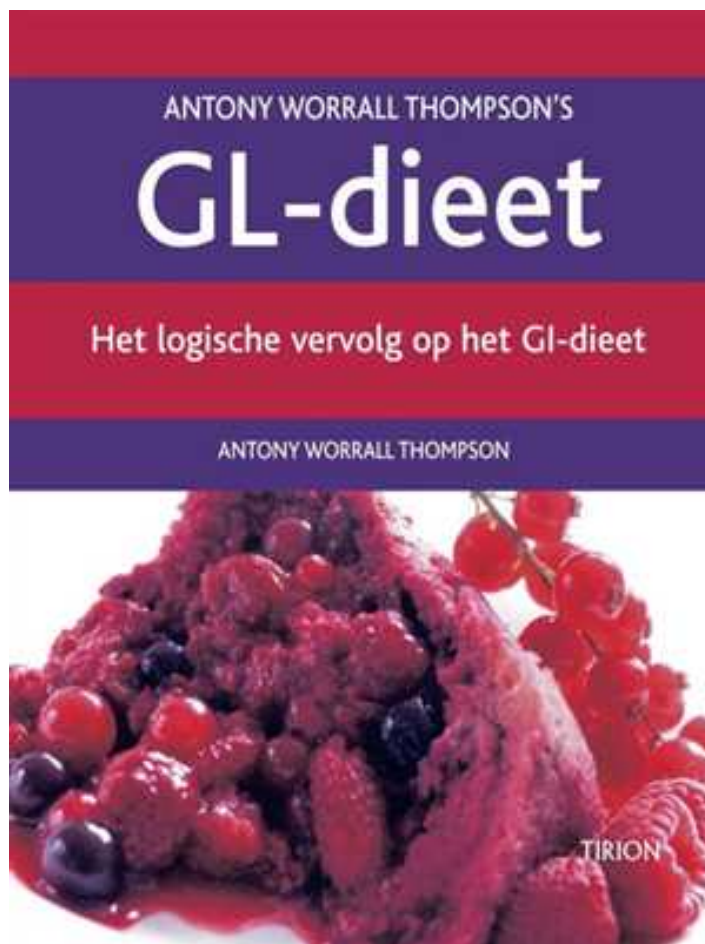


## GI-Dieet PDF

**Antony Worrall Thompson**



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



Schrijver: Antony Worrall Thompson

ISBN-10: 9789043908139

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 4980 KB

## **OMSCHRIJVING**

GL-dieet is het logische vervolg op het succesvolle GI-dieet en bevat 100 nieuwe gerechten gebaseerd op de glycemische index. Afvallen volgens het GL-dieet is verantwoord, gezond en houdt de bloedsuikerspiegel op peil. Het vernieuwende van GL-dieet is dat er nu niet alleen wordt gekeken naar de hoeveelheid koolhydraten per product, maar per portie. Dit maakt een grote variant in recepten mogelijk en zorgt voor een smakelijk dieet

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Het probleem met het GI-dieet Een bekend voorbeeld dat vaak wordt gebruikt om het verschil tussen de glycemische index en de glycemische lading uit te leggen is de ...

Het GL dieet is eigenlijk een vervolg op het GI dieet. Dit dieet schreef ons voor alleen producten te eten die de bloedsuikerspiegel niet teveel laten stijgen.

Hierbij aangeboden 2 boeken over het gl dieet zie de foto kijk ook eens bij mijn andere advertenties verzenden is op eigen risico. Gelezen Ophalen of Verzenden.

**GL-DIEET**

[Lees verder...](#)