

Grenzeloos gezond PDF

Ellen Hoog



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



Schrijver: Ellen Hoog
ISBN-10: 9789048835133
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 2832 KB

OMSCHRIJVING

In Grenzeloos gezond laat tophockeyster Ellen Hoog zien dat je altijd en overal ter wereld fit kunt zijn door gezond te eten en bewust te blijven bewegen. Geïnspireerd door haar vele trainingsstages en grote toernooien in Argentinië, Zuid-Afrika, Engeland, Australië en China, een relaxvakantie naar Ibiza en een geweldige roadtrip door de USA - brengt Ellen 50 wereldse, makkelijke, gezonde recepten én enkele heerlijke guilty pleasures. Aangevuld met 6 complete work-outs voor zowel thuis als op reis. Tot slot geeft Ellen tips voor hoe je on the road en tijdens een lange vlucht fit blijft. Naast haar boek heeft Ellen ook een voedingslijn ontwikkeld! Deze bestaat uit eiwitshakes, voedzame en biologische repen, multivitaminen en visoliesupplementen. Gezond én lekker! Bekijk hier alle producten.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Op zoek naar Grenzeloos gezond ? Vind je favoriete items bij de Bijenkorf. Vandaag voor 22:00 besteld, morgen gratis thuisbezorgd.

GEZONDE EN VROLIJKE LUNCH. Een lekkere, gezonde en bovenal gezellige lunch t.w.v. van € 39 : inbegrepen in deze **INSPIRERENDE** dag

Grenzeloos gezond. In Grenzeloos gezond laat tophockeyster Ellen Hoog zien dat je altijd en overal ter wereld fit kunt zijn door gezond te eten en bewust te blijven ...

GRENZELOOS GEZOND

[Lees verder...](#)