

Het Appelfiguur PDF

Marilyn Glenville



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: Marilyn Glenville

ISBN-10: 9789044714388

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 3604 KB

OMSCHRIJVING

Een doeltreffend programma om de vetkussentjes op de taille voorgoed te laten verdwijnen. Hebt u, net als zoveel andere vrouwen, een appelfiguur? Lukt het u maar niet om die ongewenste vetkussentjes op uw taille te doen verdwijnen? Dan kan dit boek u helpen! Het onthult waarom vet zich juist op uw taille ophoopt en geeft u een doeltreffend actieplan om waarmee u ongewenste vetribbels wegwerkt en uw gezondheid verbetert. In dit boek ontdekt u: - een eenvoudig plan om in drie maanden uw buikje te verliezen - waarom u juist op de taille vet opslaat - dat minder vet op de taille uw risico op hartziekten, diabetes, borstkanker, hoge bloeddruk en slechte cholesterol vermindert - hoe u kunt voorkomen dat de stresshormonen adrenaline en cortisol vetkussentjes creëren - welke voedingsmiddelen verplichte kost zijn en welke verboden - welke vitaminen en mineralen u op weg helpen naar een beter figuur - een trainingsprogramma om overtollig vet te lijf te gaan Dr. Marilyn Glenville is een van de bekendste voedingsdeskundigen van het Verenigd Koninkrijk. Als specialiste op het gebied van vrouwen en gezondheid heeft ze haar ervaring gebruikt om in dit boek de beste tips te geven om het vet op uw taille voorgoed kwijt te raken.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Je kent het vast wel... Je beste vriendin staat dat ene jurkje geweldig, terwijl jij niet weet hoe snel je het uit moet doen..? Geen zorgen met onze tips is dat ...

In mijn jonge jaren (lees: tot mijn 25jaar ongeveer) was ik super slank en moest ik niet nadenken over wat aan te doen. Zo goed als alles stond me.

Ontdek welke vorm jouw lichaam heeft en pas daar je training op aan. Gebruik onze tips voor het bereiken van een droomfiguur!

HET APPELFIGUUR

[Lees verder...](#)