

Het South beach dieet PDF

Arthur Agatston



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



Schrijver: Arthur Agatston
ISBN-10: 9789000315888
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 4844 KB

OMSCHRIJVING

Wie wil er geen smallere taille, een blijvend lager gewicht en een betere conditie zonder al te veel moeite? De cardioloog Arthur Agatston ontwikkelde een kinderlijk eenvoudig dieet waarmee je je lichaam perfect in vorm krijgt én je gezondheid verbetert en wel voorgoed. Het South Beach dieet is hét dieet voor iedereen die nu echt van zijn overvloedige kilo's af wil. ; Leer goede vetten en koolhydraten te kiezen voor je menu ; Lijd geen honger: drie maaltijden per dag én tussendoortjes ; Verbetering van de gezondheid ;

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Het South Beach Dieet is een vrij open dieet, want je mag hier nog heel veel. Hoe verstandig is het om met het South Beach Dieet af te vallen?

Kom alles te weten over het South Beach dieet, een bekend en effectief eiwitdieet.

Het South Beach-dieet is een dieet waarbij alleen goede koolhydraten en vetten gegeten worden. Het dieet is in de Verenigde Staten ontwikkeld door dokter Agatston ...

HET SOUTH BEACH DIEET

[Lees verder...](#)