

Honger Naar Meer PDF

Alex Greve



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



Schrijver: Alex Greve
ISBN-10: 9789081207218
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 4280 KB

OMSCHRIJVING

Waar gaat jouw honger naar uit? Ben je tevreden met wie je bent? Leef je in het lijf van je dromen en ben je op gewicht? Ben je fit en slank en is het prima zo? Of.....heb je honger naar meer.... Dit boek levert een praktische methode om gewicht én gezondheid te beheersen, door te beschrijven: 1.wat je ervan weerhoudt gezonder te leven 2.hoe zelfvertrouwen het verschil maakt 3.hoe je snoepen in de hand houdt 4.hoe je van gezond eten een automatisme maakt 5.hoe je jouw smaak kunt sturen 6.hoe je jezelf ook op moeilijke momenten motiveert 7.hoe je zeker weet dat je op de goede weg bent Alex Greve vestigde zijn naam als leefstijlcoach met zijn boek Vergeet het dieet. In Honger Naar Meer gaat hij een stap verder. Zijn verfrissende kijk en aanpak, kenmerkend voor zijn workshops & consults, is er nu in boekvorm. Het is een toegankelijke methode voor iedereen die slanker en fitter wil zijn en in een dieet geen oplossing ziet.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Kennis over kruiden is oud en wereldwijd aanwezig. De kunst is om deze toegankelijk en toepasbaar te maken voor de Nederlandse melkveehouderij.

Op de proeftafel, Proeven in Antwerpen, Proeven in de keuken, Winkels Hngry: honger naar meer! Maanden liep ik er voorbij, voorbij dat nieuwe mysterieuze project ...

Honger Naar Meer (paperback). Waar gaat jouw honger naar uit? Ben je tevreden met wie je bent? Leef je in het lijf van je dromen en ben je op gewicht? Ben je fit en ...

HONGER NAAR MEER

[Lees verder...](#)