

## Lekker Gezond Gewicht PDF

H. de Hond



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



Schrijver: H. de Hond  
ISBN-10: 9789076218786  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 1413 KB

## OMSCHRIJVING

Wie kent het niet? Er moeten nu echt een paar kilo's af! Of misschien zelfs meer dan een paar. Gezond zijn is nu eenmaal onlosmakelijk verbonden met ons gewicht. Voor velen blijft dat gewicht een eeuwige strijd en een dieet blijkt meestal een korte termijnoplossing. Maar zo moeilijk hoeft het helemaal niet te zijn! Om voorgoed een einde aan te maken aan het jo-jo effect, heeft medisch specialist Han de Hond een nieuwe afslank-methode ontwikkeld. Deze methode is gebaseerd op kennis van onze voeding, waarbij u afvalt en belangrijker nog op gewicht blijft! Calorieën tellen of honger lijden is verleden tijd. De juiste combinatie van voeding, daar gaat het bij deze methode om. En dat betekent dus gewoon lekker eten. Om dit te onderstrepen heeft Han meer dan 60 heerlijke recepten ontwikkeld die gegarandeerd zorgen voor een smakelijke en gezonde maaltijd. De methode is met succes toegepast bij vele mannen en vrouwen. Neem de proef op de som en ontdek eindelijk de methode om af te vallen, blijvend een gezond gewicht te houden en toch heerlijk te eten.

## **WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Lekker gezond Gewicht Prijs: 14,95 ISBN: 978-90-76218-78-6 Uitvoering: paperback met flappen  
Omvang: 160 p. Formaat: 230 x 230 mm Wie kent het niet? Er moeten nu echt ...

Wie een gezond gewicht wil behouden doet er dus slim aan de dag met een ontbijt te beginnen. ... In  
Lekker Gezond gaat het waaien en stormen: ...

Lekker eten en afvallen zonder problemen? Dat kan met de nieuwe Methode Montignac in 13 weken naar  
een gezonde eet- en leefstijl.

**LEKKER GEZOND GEWICHT**

[Lees verder...](#)