

Slank & Fit! PDF

Asja Tsachigova



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: Asja Tsachigova
ISBN-10: 9789081556712
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 4087 KB

OMSCHRIJVING

In tegenstelling tot diëten waarbij je calorieën moet tellen en kleine porties mag eten, kun je bij deze methode lekker blijven eten in normale hoeveelheden en toch afvallen. Bij deze methode zorgt de juiste samenstelling van je maaltijden voor een goede spijsvertering en stofwisseling waardoor je op een gezonde natuurlijke manier gaat afvallen. Daarnaast bevordert deze methode jouw gezondheid en conditie. Je krijgt meer energie, je voelt je fitter en je straalt het uit. Deze methode biedt je de mogelijkheid om naar eigen wens en smaak je maaltijden samen te stellen. Je blijft dus eten wat je lekker vindt. De resultaten zijn verbluffend, dat blijkt uit de reacties van mensen die de methode van Asja hebben gevolgd.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Principes. Het programma 'Slank & Fit' is bedoeld voor mensen die verantwoord willen afslanken maar niet speciaal gespierder willen worden. Toch speelt spiermassa ...

FIT & SLANK Resultaat binnen 4 weken! Wil jij wat kilo's kwijt? Wil jij fitter en sterker worden? Wil jij gezond leren eten? Wil jij motivatie vinden en vasthouden?

Lekker blijven eten en tegelijk afvallen en fitter worden In tegenstelling tot diëten waarbij je calorieën moet tellen en kleine porties mag eten, kun...

SLANK & FIT!

[Lees verder...](#)