

(Download) Die Erfolgs-Dit von FIT FOR FUN: Schlank werden - schlank bleiben

Die Erfolgs-Dit von FIT FOR FUN: Schlank werden - schlank bleiben

Von Callwey

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub

BOOKAZINE NR. 1

DEUTSCHLAND 9,80 €
SCHWEIZ 19,50 SFR - ÖSTERREICH 11,00 €
LUXEMBURG 11,00 € - ITALIEN 13,00 €

FITFORFUN

SCHLANK WERDEN – SCHLANK BLEIBEN!
**DIE ERFOLGS-DIÄT VON
FIT FOR FUN!**

FÜR SIE UND IHN



fit
FOR FUN

DIE OPTIMALE KOMBINATION!
GESUNDE ERNÄHRUNG: DIE 80 BESTEN REZEPTE
MEHR BEWEGUNG: DIE 7 EFFEKTIVSTEN FETTKILLER-TRAININGSPÄNE
RICHTIGE ENTSPANNUNG: STRATEGIEN FÜR STRESS-ESSER

DOWNLOAD  READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufs-rang: #607632 in BcherVerffentlicht am: 2010-01Abmessungen: 10.63 x .47b x 8.54l, Einband: Broschiert142 Seiten | File size: 31.Mb

Von Callwey : Die Erfolgs-Dit von FIT FOR FUN: Schlank werden - schlank bleiben before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Die Erfolgs-Dit von FIT FOR FUN: Schlank werden - schlank bleiben:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen7 von 7 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Gesunde Ernährung leicht gemacht!Von avivaHabe das Heft vor zwei Wochen erstanden und muss sagen, ich bin helllauf begeistert. Kurz und prgnant liefert es wertvolle Informationen ber gesunde Ernährung und wie man diese gemeinsam mit Sport am besten in den Alltag integriert. Grundstzlich nichts Neues - aber in einer knackigen Form, die einem den Eindruck vermittelt sich nicht zawnsgslufig selbst geisseln zu mssen, um langfristig ein gesnderes Krpergefhil zu erreichen. Besonders Positives kann ich von den Rezepten berichten, da diese vielfltig, einfach schnell zuzubereiten und auerdem noch wirklich lecker sind! Und das Schne daran ist, dass sie auch noch wirklich satt machen...Hungern war gestern! Ob meine Figur auch davon profitiert, wird die Zukunft zeigen, schon jetzt habe ich aber das Gefhl, dass

ich insgesamt um einiges aktiver und ausgeglichener bin. Und ein kleiner Tipp am Rande: die Fit For Fun Homepage liefert ergänzend ein tolles Repertoire an Rezeptideen! 15 von 20 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Das Buch hat nur einen groen Fehler... Von Alexandra Generell wrde ich diesem Buch gerne 5 Sterne geben. Es ist mit sehr schnen Fotos und einem bersichtlichem Layout sehr ansprechend gestaltet, inhaltlich findet man viele tolle Rezepte mit Kalorienangaben und es mangelt nicht an diversen Trainingsplnen und allgemeinen Informationen zu Ernhrung und Gesundheit (ob die alle der Weisheit letzter Schluss sind, mchte ich nicht beurteilen, da sich hier sehr viele Ratgeber und Ditbcher unterscheiden. Man muss wohl fr sich selber herausfinden, ob man mit oder ohne Kohlenhydraten und Ballaststoffen besser auskommt oder nicht... Sei's drum.). Warum ich trotzdem zwei Sterne abgezogen habe, liegt an dem Schock, den ich bekam, als ich das Buch zum ersten Mal aufschlug. Von der Fit for Fun bin ich es eigentlich gewohnt, dass der Focus auf Bewegung und gesunder Ernhrung liegt. In diesem Buch allerdings springt einem als erstes eine ganzseitige Werbeanzeige fr ein in Apotheken erhltliches Ditmittelchen entgegen, die man noch nicht einmal entfernen kann, da sie sich im Innenspiegel des Buchdeckels befindet. Fr meinen Geschmack macht dieser kommerzielle Abdruck das gesamte Konzept des Buches unglaubwrdig, da ich so einen "Schund" bestenfalls in Low-Budget Magazinen erwarten wrde. Schade. Das htten die Redakteure besser weg gelassen, denn abgesehen davon ist das Buch inhaltlich echt toll... 0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. nichts Neues Von Sandra Martyniak Ein Ditbuch mehr auf dem Markt. Es gibt nicht wirklich neue Erkenntnisse fr mich aus diesem Buch. Schade eigentlich. Leider genau wie die Zeitschrift nicht berzeugend.

Produktbeschreibung Die Erfolgs-Dit von FIT FOR F