

[Download ebook] Die Turbo-Bikinidit. Fit fr den Strand

## Die Turbo-Bikinidit. Fit fr den Strand

Von Sven-David Mller-Nothmann  
ePub | \*DOC | audiobook | ebooks | Download PDF



Fit für den Strand



Urheberrechtlich geschütztes Material schlütersche

 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #1028868 in BcherVerffentlicht am: 2008-03Erscheinungsdatum: 2008-03-31Anzahl der Produkte: 1Einband: Taschenbuch84 Seiten | File size: 23.Mb

**Von Sven-David Mller-Nothmann : Die Turbo-Bikinidit. Fit fr den Strand** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Die Turbo-Bikinidit. Fit fr den Strand:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Fit fr den StrandVon JiffyJa, der Titel ist vielleicht nicht ganz glcklich gewhlt... Denn wer sich ein bisschen mit Ernhrung und Diten auskennt wei, dass "schnell" meist auch "nicht dauerhaft" bedeutet. Fit fr den Strand ist man jedoch auf jeden Fall, wenn man sich an die Rezepte und Ratschlge aus dem Buch hlt.Der zweiwchige Ditplan besteht aus alltagstauglichen Rezepten die auch schmecken. Natrlich klappt auch hier (wie bei jeder erfolgreichen, dauerhaften Dit) ohne Bewegung nix, klar. Doch das Konzept ist wirklich vernnftig, die Hintergrundinfos hilfreich und die Rezepte einfach und schmackhaft. Jetzt muss es nur noch wieder Sommer werden! :)1 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Alles schon gewusstVon LenaDas man Sport machen muss, wenig Kalorien zu sich

nehmen darf, und und und wusste ich schon. Das Buch hat mir persönlich überhaupt nichts gebracht. Vegetarische Gerichte fehlen!!! 1 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. BRAUCHBAR Von EuleFr ein paar kilos brauchbar, nicht das hier erwartet wird 20 30 kg in 2 wochen zu verlieren auf gar keinen fall!!! Sind tolle rezepte drin und auch essbar ;)

Kurzbeschreibung Endlich Sommer! Sonne, See, Meer und Strand locken! Doch häufig trübt der Blick auf unschöne Pfisterchen die Vorfreude. Da kommt dieses Expressprogramm genau richtig: In nur zwei Wochen verschwinden berflüssige Pfunde. Die Figur wird wieder straff. Dennoch kommt der Spa beim Essen nicht zu kurz. Die Turbo-Bikini-Diät bietet schnelle und unkomplizierte Genießerrezepte für Frühstück, Mittag- und Abendessen und sogar Desserts. Zusätzlich helfen Fatburner und andere Kalorienkiller, Fett abzubauen. Ein spezielles Workout für Bauch, Beine und Po und wirksame Anti-Cellulite-Strategien unterstützen die Diät. Der Autor und weitere Mitwirkende Der Gesundheitsexperte Sven-David Müller ist Bestseller-Autor von 170 Publikationen, die in zahlreichen Sprachen erschienen sind. 2005 erhielt er das Bundesverdienstkreuz für seine besonderen Verdienste um die Volksgesundheit, insbesondere im Bereich Ernährungsaufklärung sowie 2014 die Ehrenmedaille für Kunst und Wissenschaft der österreichischen Albert Schweitzer Gesellschaft. Sven-David Müller hat angewandte Ernährungsmedizin studiert. Der staatlich anerkannte Diätassistent und Diabetesberater der Deutschen Diabetes Gesellschaft ist erster Vorsitzender des Deutschen Kompetenzzentrums Gesundheitsförderung und Diätetik.