

Keywords: Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp libro pdf download, Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp scaricare gratis, Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp epub italiano, Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp torrent, Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp leggere online gratis PDF

Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp PDF

Valérie ORSONI



Questo è solo un estratto dal libro di Dimagrire per sempre con le ricette della dieta LeBootCamp. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Valérie ORSONI
ISBN-10: 9788820059415
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3535 KB

DESCRIZIONE

Valérie Orsoni, nutrizionista e coach, ha letto, studiato e provato per selezionare i fattori più efficaci delle diete più famose. Il risultato è un metodo - spiegato nel suo libro *La dieta LeBootCamp* -, scientificamente testato da un pool di medici, ricercatori e atleti. Il programma LeBootCamp prevede quattro fasi. Detox: libera il corpo dalle tossine, i primi chili se ne vanno in fretta, si fa un pieno di energia e antiossidanti. Attacco: si perdono i chili più difficili, si riduce la cellulite, si tonifica il corpo. Booster: ha un effetto accelerante sul metabolismo per eliminare gli ultimi chili o per tornare in forma dopo periodi di gozzoviglie (tipo le feste); inoltre è ideale per ottenere la pancia piatta. Equilibrio: la chiave per restare magri tutta la vita e stabilizzare il peso in modo definitivo. Coloro che l'hanno provato testimoniano che il metodo funziona anche grazie a un'alimentazione gustosa con deliziose ricette. Questo libro, oltre a riepilogare il metodo, offre 30 menu e più di 200 ricette, dagli aperitivi ai dessert per tutte e quattro le fasi. Semplici da realizzare, pensate anche per vegetariani e vegani e per chi soffre di intolleranze.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Valérie Orsoni, nutrizionista e coach, ha letto, studiato e provato per selezionare i fattori più efficaci delle diete più famose. Il risultato è un metodo ...

2013. La Fine Del Mondo O La Rinascita? Miti, Predizioni E Profezie Sul 2012 E Sul Mondo Al Suo
Nuovo Inizio PDF Download

DIMAGRIRE PER SEMPRE CON LE RICETTE DELLA DIETA LEBOOTCAMP

[Leggi di più ...](#)