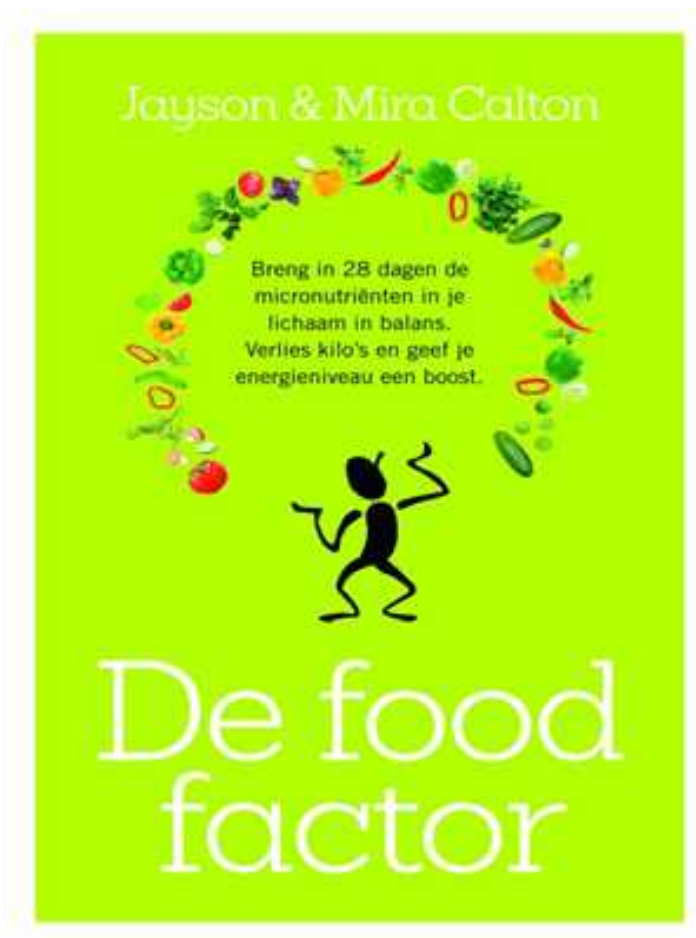


De food-factor PDF

Jayson Calton



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



Schrijver: Jayson Calton
ISBN-10: 9789045206509
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 2538 KB

OMSCHRIJVING

Een duidelijk en simpel eetprogramma waarmee je in 28 dagen je lichaam in balans brengt. Het goede nieuws is dat je door middel van een aanpassing van je eetpatroon je lichaam in balans kunt brengen, waardoor (vage) klachten als slecht slapen, spierpijn, vertraagd metabolisme, stemmingswisselingen, een 'wattenhoofd', of hoge bloeddruk verdwijnen. De micronutriënten in ons lichaam fungeren als een orkest met verschillende instrumenten. De cello, hobo, harp, xylofoon dragen ieder hun unieke geluid bij aan de symfonie, net zoals vitaminen en mineralen unieke functies in je lichaam hebben. Zoals bij elk muzikaal meesterwerk, waar veel instrumenten nodig zijn om mooie harmonieën te creëren, werken de microvoedingsstoffen samen om je lichaam sterk en gezond te houden. Als een van de instrumenten afwezig of vals is, zal het muziekstuk niet optimaal klinken; hetzelfde gebeurt als een van de micronutriënten in je lichaam afwijkt: je krijgt vage klachten. Het mooie van De Food-factor is dat je de regels kunt toepassen binnen elk eetpatroon of dieet; of je nu glutenvrij, vegetarisch of koolhydraatarm eet.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Meer energie in 28 dagen. Klinkt goed toch? Hoe je dit het beste kunt doen staat in De Food. Een boek dat mijn kijk op voeding voor altijd heeft veranderd.

Een duidelijk en simpel eetprogramma waarmee je in 28 dagen je lichaam in balans brengt. Het goede nieuws is dat je door middel van een aanpassing van je eetpatroon je ...

Een duidelijk en simpel eetprogramma waarmee je in 28 dagen je lichaam in balans brengt. Het goede nieuws is dat je door middel van een aanpassing van...

DE FOOD-FACTOR

[Lees verder...](#)