

De Gabrielmethode PDF

Jon Gabriel



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: Jon Gabriel
ISBN-10: 9789021548951
Taal: Nederlands
Bestands grootte: 2952 KB

OMSCHRIJVING

De meeste afvalprogramma's besteden nauwelijks aandacht aan de samenwerking tussen lichaam en geest. En daarom werken diëten niet - of maar tijdelijk. Als je wilt afvallen, moet je begrijpen hoe je brein en je lijf met elkaar communiceren. Je moet je veilig voelen en emotionele stress aanpakken om gewicht te kunnen verliezen. DE GABRIEL-METHODE laat zien hoe dat werkt en hoe je blijvend gewicht verliest. Leer de oorzaken van je overgewicht kennen, lees hoe je die kunt elimineren en ga zelf door middel van visualisatie, positief denken en het toevoegen van gezonde, eerlijke voeding aan je maaltijden aan de slag. Pas dan wil je lichaam 'dun' zijn en zul je blijvend afvallen.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

De Gabriel-methode is een revolutionair boek op dieetgebied. Ons onderbewuste brein vertaalt allerlei emoties, hedendaagse stress en een tekort aan...

De Gabriel-methode is een revolutionair boek op dieetgebied. Ons onderbewuste brein vertaalt allerlei emoties, hedendaagse stress en een tekort aan essentiële ...

De GabrielMethode is een revolutionaire Australische afslankmethode De Gabriel Methode is een afvalmethode die niet uitgaat van een dieet. Voor de meeste m

DE GABRIELMETHODE

[Lees verder...](#)