

## Ik ken mezelf en ben slank PDF

Mieke Kusters



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



Schrijver: Mieke Kusters  
ISBN-10: 9789048818983  
Taal: Nederlands  
Bestands grootte: 4206 KB

## OMSCHRIJVING

Alles eten wat je lekker vindt en afvallen kan écht. In de bestseller Het geheim van slanke mensen vertelde Mieke Kosters al hoe zij op deze wijze achttien kilo is afgevallen. In Ik eet alles en ben slank gaat Mieke een stap verder; aan de hand van praktijkverhalen bespreekt zij de meest voorkomende valkuilen én de oplossingen. Want wat doe je als je opnieuw vol goede moed begint en na anderhalve week toch weer de motivatie verliest, je telkens om vier uur een onstuitbare snoepkick hebt of een feestje je geplande dagmenu in de war schopt? Mieke weet antwoord en leert hoe je relaxed kunt afvallen met het allerlekkerste eten.

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Ik ken mezelf en ben slank van Mieke Kusters (paperback). DE BESTE DIEETGOEROE BEN JE ZE!  
Afvallen zonder dieet een fabeltje? In Ik ken mezelf en ben slank legt ...

Hallo, Met deze test ontdek je van welke saboteurgedachten jij het meest last hebt bij het veranderen van je eet- of leefstijl. Zodra je je innerlijke saboteur(s) (h ...

En nu word ik slank (Mieke Kusters) eBook ... Het geheim van slanke mensen, Ik ken mezelf en ben slank en De Bikini Challenge.

**IK KEN MEZELF EN BEN SLANK**

[Lees verder...](#)