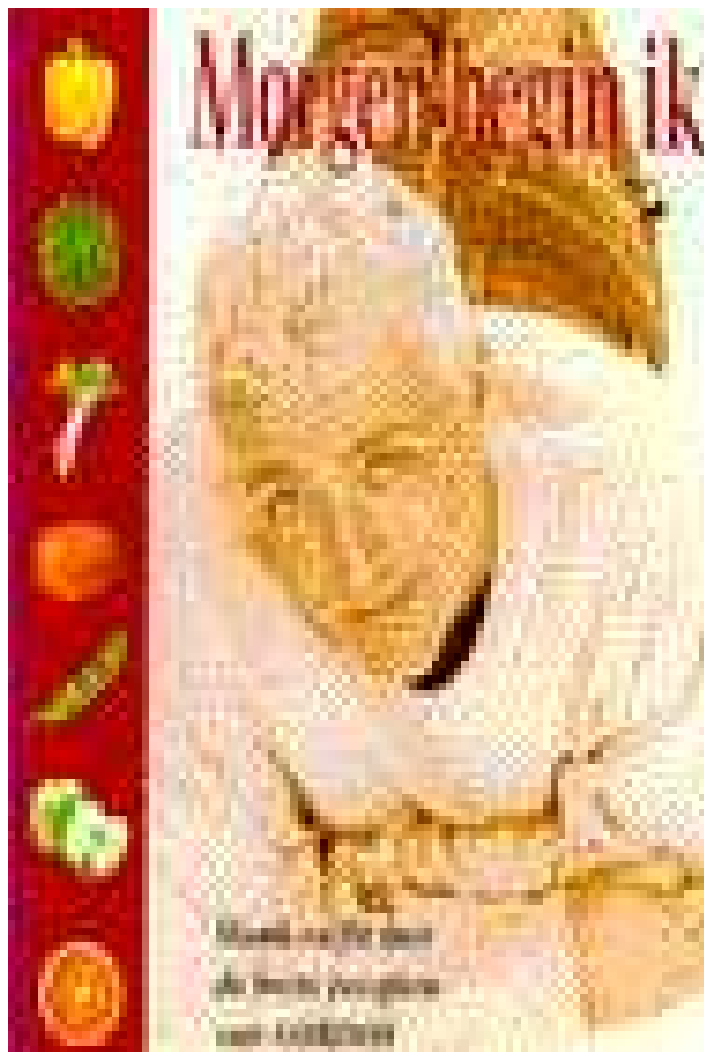


## Morgen begin ik PDF

Gordon



*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: Gordon  
ISBN-10: 9789032506094  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 3977 KB

## OMSCHRIJVING

'Gordon en eten? Dat hoorde gewoon bij elkaar!' Een mooie uitspraak van de manager van Gordon. En nog steeds horen Gordon en eten bij elkaar. Maar dan anders! Jarenlang probeerde de sympathieke Amsterdamse zanger de meest bizarre diëten om van zijn overgewicht af te komen: van 'alleenbruinbrood-met-schnitzel' tot Chinese afslankthee en van Belgische 'speed'-pillen tot culinaire dieetpoeders. Ze dreven hem tot razernij, brachten zijn lichaam en geest totaal van de wijs en ondermijnden zijn gezondheid. Maar plotseling, na een confronterende periode in zijn privéleven en de onthutsende uitslag van een bloedonderzoek, keerde het tij: Gordon paste zijn levenswijze drastisch aan, sloeg de goedbedoelde adviezen van anderen in de wind en verklaarde zijn overgewicht de oorlog. Suiker, vet en schimmels werden aartsvijanden en zijn lichaam zijn beste vriend. Hij ontwikkelde een gemakkelijk, maar bovenal gemoedelijk dieet, waarbij je heerlijk kunt eten, maar wel definitief een kilo vet per week kwijtraakt. En Gordon kan het weten: hij viel maar liefst 33 kilo af. Morgen begin ik is een uniek dieetboek met Gordons persoonlijke verhaal, met een uitgewerkt drie-weken-plan met gezonde recepten - om 'morgen' al mee te beginnen en met vele handige tips en adviezen voor de moeilijke momenten.

## WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

V&A; gratis afslank recepten; garcinia cambogia; dieet pro; Forumoverzicht Voeding, Gezondheid, Lifestyle, Sport, Afvallen 17 Dagen Dieet Ervaringen Forum 17 ...

Stapels boeken zijn er met psychologische verklaringen voor uitstelgedrag - van autoritaire ouders tot diepewortelde faalangst. Geen excuus, blijkt uit nieuw ...

Morgen begin ik echt. 17 likes. Welkom bij morgen begin ik echt. Hier vind je tips over afvallen, gezond eten en bewegen.

**MORGEN BEGIN IK**

[Lees verder...](#)