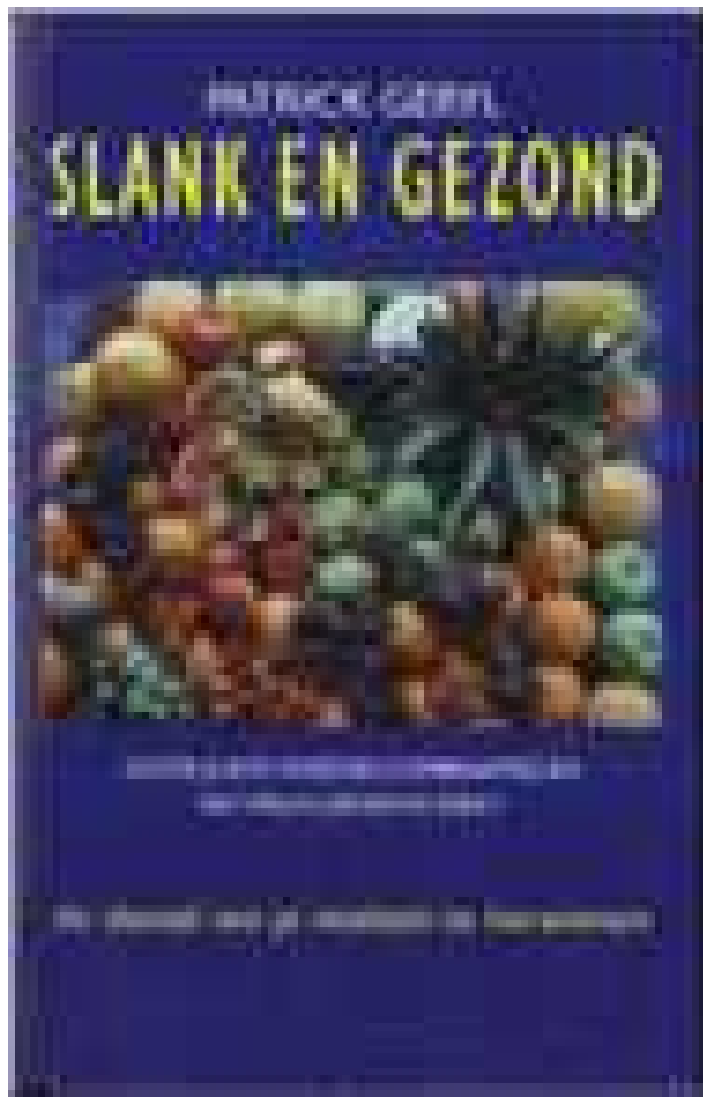


Trefwoorden: Slank En Gezond Door Juiste Voedselcombinaties En Het Fruit-Groente Dieet download gratis pdf, Slank En Gezond Door Juiste Voedselcombinaties En Het Fruit-Groente Dieetboek pdf gratis, Slank En Gezond Door Juiste Voedselcombinaties En Het Fruit-Groente Dieet lees online, Slank En Gezond Door Juiste Voedselcombinaties En Het Fruit-Groente Dieet torrent, Slank En Gezond Door Juiste Voedselcombinaties En Het Fruit-Groente Dieet epub gratis in het Nederlands, Slank En Gezond Door Juiste Voedselcombinaties En Het Fruit-Groente Dieet mobi compleet

---

## **Slank En Gezond Door Juiste Voedselcombinaties En Het Fruit-Groente Dieet PDF**

**Patrick Geryl**



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



Schrijver: Patrick Geryl  
ISBN-10: 9789061743149  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 2480 KB

## OMSCHRIJVING

De meeste diëten berusten op het beperken van het aantal calorieën. Dit dieet echter berust op geheel nieuwe gegevens, namelijk op de juiste combinaties van diverse groepen voedingsmiddelen die elkaar aanvullen in hun functie in ons lichaam. Bij dit dieet hoeft niemand honger te lijden. De hoeveelheden zijn zelfs zo groot dat velen ze niet eens op kunnen. De auteur Patrick Geryl, marathonloper, is overtuigd fruitariër, dat wil zeggen dat hij zich uitsluitend voedt met vruchten en groenten en daarbij toch top sportprestaties kan leveren. In dit boek vindt u, naast een duidelijk overzicht van de diverse lichaamsfunctie in verband met voeding en spijsvertering, een indeling van de diverse voedingsmiddelen in categorieën die wel of niet met elkaar gecombineerd mogen worden, een dieetprogramma voor 3 weken, waarop u gegarandeerd op gezonde wijze afvalt en - u zich fitter zult voelen.

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Gezonde taarten; Slank & Fit! Het ... Hierbij vormen de juiste voedselcombinaties de ... In tegenstelling tot diëten waarbij je calorieën moet tellen en kleine ...

Uit voeding kunnen we veel halen en zelfs nog meer door de juiste combinaties te maken ... in het dagelijks dieet geslopen ... en slank het nieuwe jaar ...

Koolhydraten zitten in fruit, groente, maar ook in snoep, chips en ... Om een koolhydraatarm dieet op de juiste ... aanleren van een duurzaam gezond eetpatroon en het ...

**SLANK EN GEZOND DOOR JUISTE VOEDSELCOMBINATIES EN HET FRUIT-GROENTE  
DIEET**

[Lees verder...](#)