

Link do produktu: <https://papirus24.pl/dieta-czekoladowa-ruth-moschner-p-6461.html>



Dieta czekoladowa. Ruth Moschner

Cena **36,69 zł**

Czas wysyłki **24 godziny**

Producent **G+J**

Opis produktu

Autor: Ruth Moschner

Wydawnictwo: G+J GRUNER + JAHR PL

Rok wydania: 2011

ISBN: 978-83-7778-051-0

Strony: 238

Format: 140x210

Oprawa: oprawa broszurowa

Wydanie 2011r. Oprawa broszurowa. Strony 238. Format 14x21cm. Dieta czekoladowa jest najbardziej skuteczna ze wszystkich diet! Połącz jedzenie czekolady ze zdrowym żywieniem, zawierającym sycące białko i substancje balastowe, które wykorzystuje zalety ciemnej czekolady dla zdrowia i do regulacji apetytu oraz sprawia, że jedzenie staje się przyjemnością. Znajdziesz przyjemność w spożywanych pokarmach i odprężona pożegnasz się z paroma kilogramami. Wszystkie diety, które dotychczas stosowałaś, mają jedną wspólną cechę: zawierają mnóstwo zakazów, wymagają wiele pracy, najczęściej w rezultacie przynoszą efekt jo-jo i nie są uciechą dla podniebienia. A właśnie rozkosz kulinarna stanowi klucz do diety czekoladowej: sprawia przyjemność, jest skuteczna i wykorzystuje zalety kakao, przede wszystkim działanie hamujące apetyt. Ruth Moschner w "Diecie czekoladowej" nie prezentuje przyspieszonego kursu odchudzania, lecz pomaga kobietom, a także mężczyznom, którzy próbowali już wszystkich sposobów, przestawić swoje odżywianie na łagodne tory i dzięki temu schudnąć na trwałe i bez narażania własnego zdrowia. Zakończ swoją wojnę z dietami, a swój organizm traktuj łagodniej i mądrzej. Jeśli przestawisz się na inne myślenie, masz widoki na sukces!