

Slank med Sirt kuren

slank med sirt- kuren

Den revolutionerende kur:
Smid kiloene og hold dig sund med sirtfoods.



AIDAN GOGGINS & GLEN MATTEN

People'sPress

Kategori:	Mad og drikke
Sprog:	Dansk
Udgivet:	20. januar 2016
Forfatter:	Glen Matten
Forlag:	ArtPeople\People'sPress
ISBN:	9788771596618

[Slank med Sirt kuren.pdf](#)

[Slank med Sirt kuren.epub](#)

Mørk chokolade, rødvin, grønkål, valnødder, jordbær – det er alt sammen eksempler på sirtfoods, en række helt almindelige fødevarer, der nemt kan skaffes, og som alle har råd til at købe. Sirtfoods aktiverer sirtuinerne, de såkaldte slanke- og sundheds-gener i din krop. Det er de samme gener, som aktiveres af faste og træning. Det helt unikke ved sirtfoods er, at de ikke blot hjælper dig til at forbrænde fedt, men også til at bevare eller forøge din muskelmasse. Det er afgørende for at kunne holde et vægttab og være sund. Sirtkuren er afprøvet i forsøg, der gav et indledende vægttab på 3,2 kg på kun 7 dage, og som samtidig styrkede muskelmassen. Det er en kur, der opfordrer dig til generelt at indtage masser af sirtfoods. Og dermed er det også en inkluderende kur, der fokuserer på alt det, du gerne må spise, frem for det, du ikke må spise.

Find opskrifter til 5:2-kuren og kom i gang med kuren her. Title: Slank med Sirt kuren af Hanne Rask, Author: Bogrobotten, Name: Slank med Sirt kuren af Hanne Rask, Length: 23 pages, Page: 7, Published: 2016-01-22. Læs om e-bogen Slank med SIRT-foods eller køb den hos Liveboox. Slank med sirt-kuren | Adian Goggins og Glen Matten Køb Slank med Sirt kuren - E-bog her. Sådan er den nye,. Slankekur. Livet er SIRT. 09. Slank. 01. 2015 · Se hvordan Sense-kosten er delt ind i farverne RØD, GUL og GRØN farve (og i kulhydrater, proteiner, fedt og alkohol). E-bogens ISBN er 9788772002255 Drik din frokost med juice-kuren Frokost på juice-kur er ikke nogen kedelig fornøjelse. Slank med SIRT-foods - E-bog af Aidan

Goggins, Glen Matten. oplag] af Adian Goggins og Glen Matten - Indbundet (Indbundet bog). Kostfibre til den slanke linje Slank med kulhydrater - hemmeligheden bag en slankekur. Slank med sirt-kuren (2016) Adian Goggins og Glen Matten. Jeg har ofte hørt andre sige,.