

(Download free pdf) Wir sind dann mal schlank: Das Abnehmprogramm fr Zwei

Wir sind dann mal schlank: Das Abnehmprogramm fr Zwei

Von Patric Heizmann, Sebastian Benthe, Antje Klein, Timo Krger
ePub | *DOC | audiobook | ebooks | Download PDF

PATRIC HEIZMANN | SEBASTIAN BENTHE | ANTJE KLEIN | TIMO KRÜGER

Wir sind dann mal SCHLANK

Das Abnehmprogramm für Zwei



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #125729 in BcherVerffentlicht am: 2013-02-09Format:
RestexemplarAbmessungen: 9.33 x .59b x 6.811, Einband: Taschenbuch160 Seiten | File size: 34.Mb

Von Patric Heizmann, Sebastian Benthe, Antje Klein, Timo Krger : Wir sind dann mal schlank: Das Abnehmprogramm fr Zwei before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Wir sind dann mal schlank: Das Abnehmprogramm fr Zwei:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Enttäuscht auf ganzer linieVon NataschaLeider bin ich enttäuscht von dem Buch :-(ich hatte mit mehr Rezepten gerechnet, sowas wie einen wochen Plan.Stattdessen gibt es ein paar Rezepte und einen groen Roman ber das Ehepaar Jonas und Julia...0 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. So muss es laufen!Von Wiebke FauxAlles Super! Top ware! Vielen Dank, ein positives Beispiel fr einen tollen Einkauf bei Anazon. Das Buch ist klasse und bietet viele Anregungen als paar anzunehmen.8 von 11 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Super!Von

JuleTolles Buch. habe auch die anderen bcher von Heinzmann, aber nun wollten wir es gemeinsam wissen. Das buch ist so toll und lebensnah geschrieben, dass man beim reinlesen stndig schmunzelt und sich in vielen Situationen als Paar wieder erkennt. Die Aufgaben sind super und alles in diesem Buch ist machbar. Auf jedenfall empfehlenswert, wenn er auch wirklich mchte. wenn nur sie mchte, wird es nicht funktionieren. ;)

Kurzbeschreibung der 1001 Unterschiede zwischen Mnnern und Frauen wurde schon viel Unterhaltsames geschrieben. In dem Ratgeber "Wir sind dann mal schlank" widmet sich Ernährungscoach und Erfinder der erfolgreichen Ich-bin-dann-mal-schlank-Methode Patric Heizmann mit seinem Team endlich den kleinen, aber wesentlichen Unterschieden von Mann und Frau in Sachen Gewicht und guter Figur. Denn Manner und Frauen nehmen nicht nur an unterschiedlichen Krperstellen zu, sondern auch aus unterschiedlichen Grnden. Es gibt typische Ernhrungsfallen, mit denen sich Paare unbewusst bei der Gewichtsabnahme sabotieren knnen. Patric Heizmann schlsselt auf humorvolle Weise die Ursachen fr Bauch-Beine-Po-Plsterchen auf und zeigt, wie Paare einander in Sachen Ernhrung effizient coachen und so zusammen wieder eine gute Figur machen. ber 40 Rezepte mit auf die speziellen Bedrfnisse und Vorlieben von Frau und Mann abgestimmten Rezeptvarianten machen die Umsetzung und das Dranbleiben noch leichter und leckerer.