

Das Atkins 28 Tage Weight-Loss Programm: Mit über 50 Atkins-Rezepten zum Abnehmen

SCHNELL UND EINFACH ABNEHMEN MIT ATKINS

Das

ATKINS


50+ REZEPTE

28 TAGE

WEIGHT-LOSS

Programm

MIT ÜBER 50 ATKINS-REZEPTEN ZUM ABNEHMEN



MIT EXAKTEN TAGESPLÄNEN & REZEPTANLEITUNGEN

© 2015 Atkins-Diaetplan.de

Datum: 16. November 2015
Verlag: Neopubli GmbH
Autor: Atkins Diaetplan.de
Seitenzahl: 122 Seiten
Sprache: Deutsch
PDF

Atkins funktioniert. Und das schon seit vielen Jahren. Tausende Menschen auf dieser Welt haben schon erfolgreich mit Atkins abgenommen, und in Zukunft werden viele weitere folgen.

Mit dem neuen 28 Tage Weight-Loss Programm ist Gewicht verlieren nun nicht mehr eine Sache von vielen Wochen oder Monaten. Stattdessen dauert es tatsächlich nicht länger als 4 Wochen um erfolgreich abzunehmen.

Und das ohne zu hungern, und ohne Jojo-Effekt danach!

Das Programm enthält genaue Vorgaben und detaillierte Menüpläne für jeden Tag. Es gibt 5 (!) Mahlzeiten & Snacks pro Tag, sowie täglich einen Nachtisch!

Exakte Angaben der Menge an Kohlenhydraten in Gramm pro Mahlzeit sorgen dafür, dass der Körper in die Ketose „switcht“ und auf effektive Fettverbrennung umschaltet.

Dies geschieht auf gesunde und ausgewogene Weise, denn Gemüse, Fisch & Meeresfrüchte, Fleisch, Obst, Käse und viele gute Mineralien-Quellen werden bei diesem neuen Atkins-Programm nicht vernachlässigt.

Kurz gesagt: hier handelt es sich um ein wirkungsvolles und gesundes Low-Carb-Ernährungsprogramm, mit dem man schnell und einfach abnimmt und dabei immer satt ist.

Über 50 köstliche Low-Carb-Rezepte mit einfachen Rezeptanleitungen, die mühelos zuhause nachgekocht werden können, runden das Gesamterlebnis „Schnell-Abnehmen-mit Atkins“ ab.

Darüber hinaus enthält das Programm noch eine ernährungsphysiologische Einführung zum Thema, warum man mit Atkins und anderen Low-Carb-Diäten tatsächlich Gewicht verliert.

Sowie viele interessante und wertvolle Tipps & Hinweise, auf was man bei seiner Ernährung achten sollte, um auch nach dem Programm das erreichte Gewicht erfolgreich zu halten.

<https://k2s.cc/file/756da512e0285/OwqfNVFbm.pdf.rar>