

(Download free pdf) Krieg den Kilos!: Endlich raus aus der Fettfalle!

Krieg den Kilos!: Endlich raus aus der Fettfalle!

Von Günther Sundt

ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #2103889 in BcherVerffentlicht am: 2007-09-24Abmessungen: 10.00 x .28b x 7.00l, .53 Pfund Einband: Taschenbuch128 Seiten | File size: 32.Mb

Von Günther Sundt : Krieg den Kilos!: Endlich raus aus der Fettfalle! before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Krieg den Kilos!: Endlich raus aus der Fettfalle!:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. GeschenkVon MonkeyHabe das Buch verschenkt.Demjenigen dem ich dieses Buch geschenkt habe hat es nicht geholfen.Sie meinte nur es wrde ber Allgemeines geschrieben wie Sigkeiten sind schlecht usw.10 von 11 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Endlich mal vernnftige Informationen!Von TierfreundIch habe schon viel probiert, um abzunehmen, wie die meisten von uns! Das Buch hat mir aber endlich gezeigt, warum ich nur scheitern konnte mit meinen Diten etc. Es widerstrebt offenbar vollkommen unserer Natur abzunehmen, sodass es sehr schwer ist, einmal angefutterte Kilos wieder los zu werden. Glicklicherweise zeigt der Autor aber realistische Wege auf, wie

man es trotzdem schaffen kann. Aber eines wird auch bei diesem Ratgeber klar. Man kann nicht die Kilos schnell mal eben los werden, die man sich über Jahre angefuttert hat. Wer anderes behauptet....7 von 8 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Sehr unterhaltsam und lehrreich Von Papageienfan Ich habe mich zunächst über den Buchstil gewundert, da ich einen blöden Ratgeber erwartet hatte. Statt dessen hielt ich dann eine gut lesbare Geschichte in Händen, die allerdings die aktuelle Wissenschaft zum Thema gut verständlich zusammenfasst. Daher kann ich das Buch, das sicher aus dem Rahmen fällt, nur empfehlen!

Kurzbeschreibung In Deutschland wie auch in vergleichbaren Industrienationen steigt der Anteil bergewichtiger Menschen in der Bevölkerung stetig an. Dies gilt sowohl für Kinder und Jugendliche als auch für Erwachsene. Ein Ende dieser Entwicklung ist nicht abzusehen. Mit dem Bergewicht sind zahlreiche Folgeerkrankungen, wie Bluthochdruck, Diabetes und oft auch eine erhöhte Sterblichkeit verknüpft. Die meisten Menschen scheitern bei ihren Abnehmversuchen und enden oft mit einem größeren Bauch als vor ihren Bemühungen. Dann hat der berühmte Jojo-Effekt wieder einmal zugeschlagen. Warum dies so ist und welche Punkte beim gesundheitsbetonten Gewichtsmanagement zu beachten sind, sagt Ihnen das vorliegende Buch auf unterhaltsame Weise und ohne erhobenen Zeigefinger!