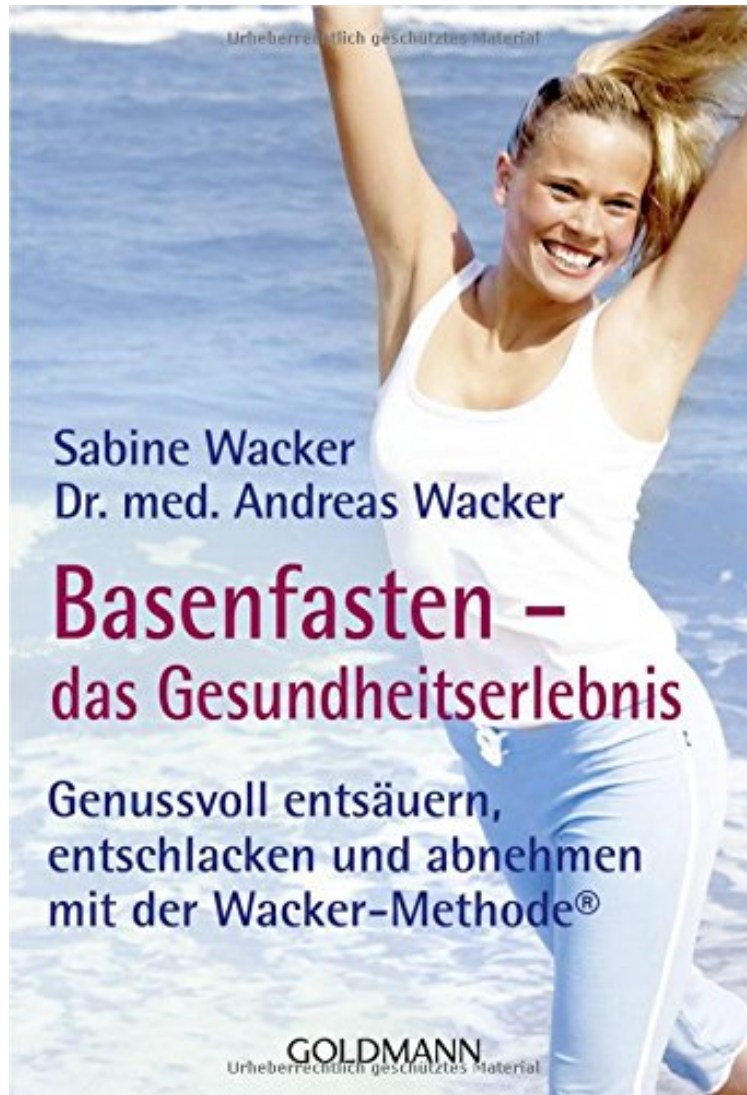


[Free] Basenfasten - das Gesundheitserlebnis: Genussvoll entsuern, entschlacken und abnehmen - mit der Wacker-Methode

Basenfasten - das Gesundheitserlebnis: Genussvoll entsuern, entschlacken und abnehmen - mit der Wacker-Methode

*Von Sabine Wacker, Dr. med. Andreas Wacker
ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook*



Produktinformation -Verkaufsrang: #245419 in BcherVerffentlicht am: 2009-10-12Einband:
Taschenbuch256 Seiten | File size: 18.Mb

Von Sabine Wacker, Dr. med. Andreas Wacker : Basenfasten - das Gesundheitserlebnis: Genussvoll entsuern, entschlacken und abnehmen - mit der Wacker-Methode before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Basenfasten - das Gesundheitserlebnis: Genussvoll entsuern, entschlacken und abnehmen - mit der Wacker-Methode:

Kundenrezensionen
Hilfreichste Kundenrezensionen
1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.
Basenfasten
Von Katinka H. Das Buch behandelt das Thema sehr ausführlich. Es werden tolle Rezepte vorgestellt, die man sehr gut selber zubereiten kann. Es beinhaltet viel Tricks um das Fasten nicht abubrechen.
1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Tolles übersichtliches Buch
Von Elisa Streller Ich finde es sehr empfehlenswert. Nach einer medizinischen Erklärung und Aufklärung über das Basenfasten werden alle essbaren Produkte aufgezählt. Es enthält übersichtliche Tabellen zu saisonalen Früchten und Gemüse und viele Rezeptideen für jede Mahlzeit.
5 von 6 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Tolles Buch
Von angie6284 Wenn man unter bestimmten Beschwerden, Krankheiten, Müdigkeit usw. leidet, kann dieses Buch die Lösung sein. Ich bin sehr begeistert. Bis zu dem Zeitpunkt, als ich das Buch zum ersten Mal gelesen habe, war mir nicht bewusst, wie sehr die Ernährung unser tägliches Leben, vor allem unser Wohlbefinden und unseren Gesundheitszustand beeinflusst. Es wird auch genau beschrieben, warum man Obst und Gemüse nur bis 14 Uhr roh essen sollte. Alles ist mir total logisch, vorher wusste ich es eben noch nicht. Ich habe mich nach dem Kauf entschieden für 1, 5 Wochen Basenfasten durchzuführen. Dabei habe ich 3 Kilo verloren. Jetzt ernähre ich mich zur Hälfte basisch würde ich sagen und habe viel mehr Energie als zuvor.

Pressestimmen
"Bei so vielseitigen und leckeren Rezepten könnten Sie doch glatt vergessen, dass Sie sich mitten in einer Fastenkur befinden." (www.abnehmertreff.de)
Kurzbeschreibung
100 Prozent alltagstauglich
Verzicht nein danke!
Lieber möchte man den Körper entlasten und abnehmen, ohne sich hungrig und schlapp zu fühlen. Die Erfolgsmethode von Sabine Wacker erfüllt diesen Wunsch: Surein nein, Basen ja! Mit ihrem Basenfasten kann man entschlacken und bis zu vier Kilo Gewicht in einer Woche abnehmen ohne Hungergefühl und mit ungebremsster Energie! Für Genuss sorgen über 80 köstliche, speziell entwickelte Rezepte.
Klappentext
"Mit Fasten verbinden die meisten nur Verzicht. Doch diese Basenfasten-Kur ist anders, denn leckere Gerichte bieten Geschmacksvielfalt statt Fasten-Eintönigkeit." Für Sie "Mit dieser milden Form des Fastens kommt jeder zurecht. Der Effekt ist dennoch überzeugend. Nach der Kur fühlt man sich nicht nur leichter und energiegeladener, sondern ist es auch."
Schrot Korn
"Bei so vielseitigen und leckeren Rezepten könnten Sie doch glatt vergessen, dass Sie sich mitten in einer Fastenkur befinden."