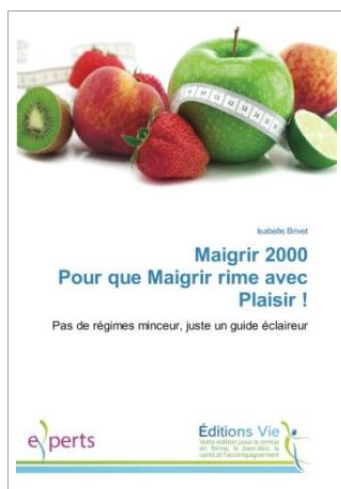



[DOWNLOAD](#)


Maigrir 2000 Pour que Maigrir rime avec Plaisir !

By Brivet, Isabelle

Condition: New. Publisher/Verlag: Éditions Vie | Pas de régimes minceur, juste un guide éclairé | Pour que Maigrir rime avec Plaisir ! Manger est à la base un acte naturel qui est devenu quelque chose de compliqué, un véritable casse-tête. La Nutrition Optimale permet de retrouver la sérénité, le plaisir de manger sans se "casser" la tête, un peu comme l'animal dans la nature qui ne se prive pas, qui mange sans se poser de questions et qui n'a jamais de problèmes de poids. Cet ouvrage vous permettra d'acquérir les notions de base d'une alimentation équilibrée nécessaires pour retrouver son poids de forme en améliorant sa santé et sa vitalité. Il vous permettra également d'avoir un aperçu de la Nutrition Optimale mise au point par le Docteur Isabelle BRIVET et pratiquée dans de nombreux points conseils Maigrir 2000 en France. Cette méthode basée sur l'équilibre alimentaire et les sensations corporelles est efficace pour perdre du poids durablement et en continuant à se faire plaisir à table. Ce guide éclairé s'adresse à tous ceux qui veulent retrouver leur poids de forme naturellement et à vie, sans faire de régime et en améliorant leur santé et leur vitalité. | Format: Paperback |...


[READ ONLINE](#)

[5.39 MB]

Reviews

Excellent e-book and useful one. It is written in straightforward phrases rather than confusing. I am just very happy to explain how here is the finest publication I have got read through in my very own lifestyle and might be the greatest book for possibly.

-- **Viva Schuster**

Absolutely essential study book. It normally fails to price excessive. I realized this ebook from my dad and I encouraged this publication to find out.

-- **Mariela Stroman**