Rezensionen von Buchtips.net

Systemed: Der LOGI Wochenplaner 2012

Buchinfos

Verlag:	Systemed Verlag (weitere Bücher von diesem Verlag zeigen)
Genre:	Gesundheit
ISBN-13:	978-3-927372-89-4 (bei Amazon.de bestellen)
Preis:	0.00 Euro (Stand: 01. Januar 1970)

Möchten Sie vernünftig abnehmen? Mit LOGI (Low Glycemic and Insulinemic Diet = ein Low-Carb-Konzept) ist es möglich! Ein praxisorientiertes Konzept, sodass LeserInnen mit den Schlankheitstagen sofort beginnen können. Ganz einfach, ganz LOGI - ohne zu hungern und mit viel Spaß an der Sache! Ein genialer Ansatz, der täglich aufs Neue funktioniert, denn die vorgestellte LOGI-Methode lässt den Blutzuckerspiegel und die Insulinausschüttung nur in geringem Maße ansteigen. Dadurch werden die Blutfettwerte gesenkt, somit wird auch der Bildung von Fettdepots erfolgreich entgegengewirkt.
Der vorliegende Taschenkalender für LOGI-Freunde ist handlich und praktisch. Sie haben einen Überblick nicht nur über ihre Termine, sondern bekommen Tag für Tag eine gute Portion LOGI-Wissen mit auf den Weg - 12 Monatsübersichten, 54 Wochendoppelseiten, jede Woche ein kleiner LOGI-Denkanstoß und jeden Monat ein kreatives LOGI-Rezept zur Saison!

Ganz ohne Heißhunger Gewicht verlieren! Mit dem LOGI Wochenplaner 2012 - einfach und leicht im Alltag einsetzbar!

10 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von Lucie Rambauske-Martinek, Dr.
[10. August 2011]