



Fettlogik überwinden



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Fettlogik überwinden

Nadja Hermann

Fettlogik überwinden Nadja Hermann

 **Download** [Fettlogik überwinden ...pdf](#)

 **Online lesen** [Fettlogik überwinden ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Fettlogik überwinden Nadja Hermann

Format: Kindle eBook

Kurzbeschreibung

Warum scheitern Diäten? Wegen genetischer Veranlagung? Wegen eines kaputten Stoffwechsels? Oder wegen Schilddrüsenunterfunktionen? Nach Jahren erfolgloser Diäten und mit 150 Kilo auf der Waage stellte Dr. Nadja Hermann fest, dass das meiste, was sie über Diäten geglaubt hatte, Mythen waren. Vielmehr wurde ihr klar, dass es eigene Logiken gab, die sie vom Abnehmen abhielten. Erst das Überbordwerfen all dieser »Fettlogiken« half der Autorin dabei, ein gesundes Gewicht zu erreichen. 1,5 Jahre später wiegt sie 65 kg. Mit Witz, Sachverstand und Wissenschaft räumt sie mit den weitverbreiteten Diätlügen auf.

Kurzbeschreibung

Warum scheitern Diäten? Wegen genetischer Veranlagung? Wegen eines kaputten Stoffwechsels? Oder wegen Schilddrüsenunterfunktionen? Nach Jahren erfolgloser Diäten und mit 150 Kilo auf der Waage stellte Dr. Nadja Hermann fest, dass das meiste, was sie über Diäten geglaubt hatte, Mythen waren. Vielmehr wurde ihr klar, dass es eigene Logiken gab, die sie vom Abnehmen abhielten. Erst das Überbordwerfen all dieser »Fettlogiken« half der Autorin dabei, ein gesundes Gewicht zu erreichen. 1,5 Jahre später wiegt sie 65 kg. Mit Witz, Sachverstand und Wissenschaft räumt sie mit den weitverbreiteten Diätlügen auf.

Buchrückseite

Eine längst fällige Abrechnung mit den weitverbreiteten Diätlügen

Warum scheitern Diäten? Wegen genetischer Veranlagung? Wegen eines kaputten Stoffwechsels? Oder wegen Schilddrüsenunterfunktionen? Nach Jahren erfolgloser Diäten und mit 150 Kilo auf der Waage stellt Dr. Nadja Hermann fest, dass das meiste, was sie über Diäten geglaubt hatte, Mythen sind. Ihr wird klar, dass es eigene Logiken gibt, die sie vom Abnehmen abhalten. Erst das Überbordwerfen all dieser »Fettlogiken« hilft der Autorin dabei, ein gesundes Gewicht zu erreichen. Anderthalb Jahre später wiegt sie 65?kg. Mit Witz, Sachverstand und den neuesten Erkenntnissen aus der Wissenschaft räumt sie mit den Diätlügen auf.

Der E-Book-Bestseller endlich als Printbuch – mit witzigen Illustrationen

Download and Read Online Fettlogik überwinden Nadja Hermann #7G1FHJNCI8

Lesen Sie Fettlogik überwinden von Nadja Hermann für online ebook Fettlogik überwinden von Nadja Hermann Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Fettlogik überwinden von Nadja Hermann Bücher online zu lesen. Online Fettlogik überwinden von Nadja Hermann ebook PDF herunterladen Fettlogik überwinden von Nadja Hermann Doc Fettlogik überwinden von Nadja Hermann Mobipocket Fettlogik überwinden von Nadja Hermann EPub