



Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirklich abnehmen (GU Diät & Gesundheit)

 **Download**

 **Online Lesen**

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

Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirklich abnehmen (GU Diät & Gesundheit)

Detlef Pape, Anna Cavellius, Angelika Ilies

Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirklich abnehmen (GU Diät & Gesundheit) Detlef Pape, Anna Cavellius, Angelika Ilies

alles Bestens

 [Download Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirklich ...pdf](#)

 [Online lesen Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirkli ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirklich abnehmen (GU Diät & Gesundheit) Detlef Pape, Anna Cavelius, Angelika Ilies

144 Seiten

Kurzbeschreibung

Frauen essen anders. Darum gibt es nun Dr. Papes Schlank-im-Schlaf-Konzept speziell für Frauen. Bestimmen Sie mit Dr. Pape Ihren Hormontyp und wählen Sie für sich typgerechte leckere Kohlenhydrat- oder Eiweiß-Gerichte. Dann dürfen Sie schlemmen und sich richtig satt essen - die Pfunde werden trotzdem purzeln! Werden auch Sie schlank im Schlaf - mit Dr. Papes neuer Diät nehmen Frauen wirklich ab! Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. med. Detlef Pape ist Facharzt für Innere Medizin. Er entdeckte die zentrale Bedeutung des Insulin als „Fettmashormon“ und entwickelte daraus die erfolgreiche Insulin-Trennkost. In seiner Praxis in Essen bietet er seinen Patienten seit vielen Jahren eine Adipositas-Schwerpunktberatung mit Ernährungsprogramm an. Seit 1994 nahmen damit in seiner Praxis weit über 10.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer gemeinsam über 45.000 Kilogramm ab. Dr Pape ist bekannt aus Presse, Funk und Fernsehen, seine Ratgeber haben sich mehr als 2,5 Millionen Mal verkauft.

Anna Cavelius (M.A. Philosophie) studierte Philosophie und Geschichte in München, Siena und Salamanca. Seit 1995 schreibt sie als Autorin, Journalistin und Ghostwriterin über Gesundheits- und Lifestylethemen sowie Kulinaria. So ist sie unter anderem Co-Autorin der erfolgreichen Schlank-im-Schlaf-Reihe mit Bestsellerautor Dr. med. Detlef Pape. Als Ghostwriterin arbeitete sie mit Prominenten wie Uschi Obermaier und dem Ehepaar Viktoria und Heiner Lauterbach sowie Spitzenköchen wie Johann Lafer, Sarah Wiener, Thomas Thielemann oder Holger Stromberg zusammen. Sie kann sich begeistern für Ihre Familie, Freunde und Katzen und das Leben im Kleinen wie im Großen.

Angelika Ilies arbeitet seit fast 15 Jahren als freie Autorin und Food-Journalistin und hat etliche erfolgreiche Kochbücher geschrieben. Familie, Freunde und Bekannte genießen immer wieder die leckeren Rezepte, die natürlich vor der Veröffentlichung ausgiebig probekocht und getestet werden. Kritische "Test-Esser" sind im Haus der Autorin stets herzlich willkommen - bei der langen Sylvesterparty ebenso wie beim fröhlichen Frühstück im sommerlichen Garten oder dem feinen Menü im Rahmen einer tollen Koch-Runde.

Download and Read Online Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirklich abnehmen (GU Diät & Gesundheit) Detlef Pape, Anna Cavelius, Angelika Ilies #GLEWVS5ZO24

Lesen Sie Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirklich abnehmen (GU Diät & Gesundheit) von Detlef Pape, Anna Cavellius, Angelika Ilies für online ebook Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirklich abnehmen (GU Diät & Gesundheit) von Detlef Pape, Anna Cavellius, Angelika Ilies 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 Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirklich abnehmen (GU Diät & Gesundheit) von Detlef Pape, Anna Cavellius, Angelika Ilies Bücher online zu lesen. Online Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirklich abnehmen (GU Diät & Gesundheit) von Detlef Pape, Anna Cavellius, Angelika Ilies ebook PDF herunterladen Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirklich abnehmen (GU Diät & Gesundheit) von Detlef Pape, Anna Cavellius, Angelika Ilies Doc Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirklich abnehmen (GU Diät & Gesundheit) von Detlef Pape, Anna Cavellius, Angelika Ilies Mobipocket Schlank im Schlaf für Frauen: Wie Frauen wirklich abnehmen (GU Diät & Gesundheit) von Detlef Pape, Anna Cavellius, Angelika Ilies EPub