



Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm

 **Download**

 **Online Lesen**

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

Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm

Marion Grillparzer

Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm Marion Grillparzer

Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm * 1. Aufl. 2013. Es wirkt unbenutzt- Ein Etikett würde entfernt von Back-Einband * Versand innerhalb 24h, Rechnung mit ausgewiesener MwSt, zuverlässiger Service

 [Download Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm ...pdf](#)

 [Online lesen Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm Marion Grillparzer

128 Seiten

Kurzbeschreibung

Was heißt Simple Detox? Man lässt alles weg, was dem Körper nicht gut tut, wie Zucker, Weißmehl, gehärtete Fette, Hormone, chemische Zusatzstoffe. Und gibt dem Körper das, was er braucht, um zu entschlacken und zu entgiften - Eiweiß, basische Mineralien, Bitterstoffe, Ballaststoffe. Die ideale Grundlage: Suppen. Kohlsuppe, Brokkoli-Suppe, Lauchsuppe, Ingwersuppe, Wildkräutersuppe ... In dem Buch finden Sie sieben magische Suppen, die purer Genuss sind. Für alle, die nicht sieben Tage lang von Suppe leben wollen, gibt es darüber hinaus leichte Detox-Rezepte. Doch es geht nicht nur ums Essen: Sieben irdische Detox-Helfer mit magischer Wirkung werden in dem Buch vorgestellt - vom Basenbad über die Leber-Kur bis zum L-Glutaminsäure-Darm-Pflaster. Wichtig: Detox soll Spaß machen, von morgens bis abends. Nicht stressen. Denn Stress ist das Gift Nr. 1. Und darum fängt man zum Beispiel morgens schon zu brummen an. Macht eine Sing-Brumm-Übung im Bett. Nur fünf Minuten. Detox-Atmen sozusagen. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Marion Grillparzer ist Diplom-Ökotrophologin und ausgebildete Journalistin. Bei GU sind schon zahlreiche Bestseller aus ihrer Feder mit den Schwerpunkten Ernährung und Gesundheit erschienen. Sie lebt als freie Journalistin in München und auf Mallorca und schrieb viele Jahre lang für die BUNTE und andere Magazine.

Download and Read Online Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm Marion Grillparzer
#7B92R5M4V18

Lesen Sie Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm von Marion Grillparzer für online ebook Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm von Marion Grillparzer 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 Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm von Marion Grillparzer Bücher online zu lesen. Online Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm von Marion Grillparzer ebook PDF herunterladen Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm von Marion Grillparzer Doc Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm von Marion Grillparzer Mobipocket Simple Detox: Das 7-Tage-Entgiftungsprogramm von Marion Grillparzer EPub