

[Download pdf ebook] Fettabbau: Schlank werden - bleiben

## Fettabbau: Schlank werden - bleiben

Von Volker Klein

audiobook / \*ebooks / Download PDF / ePub / DOC



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #520925 in BcherVerffentlicht am: 1991-01Abmessungen: 8.27 x .47b x 5.79l, Einband: Taschenbuch123 Seiten | File size: 73.Mb

**Von Volker Klein : Fettabbau: Schlank werden - bleiben** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Fettabbau: Schlank werden - bleiben:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen24 von 26 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Lahm...Von BeaufordTJusticeDas Buch dekct wirklich nichts neues auf. Alles, was der gesunde Menschenverstand schon ber Ernhrung weiss, findet man in diesem Buch wieder. Nicht mehr! Schlimmer noch: Es gibt zu viele Ungereimtheiten! Erstens sind Theorien, wie die des optimalen Fettverbrennungspulses bereits mehrfach widerlegt worden, noch stimmen Behauptungen, wie das durch wenig Fett in der Ernhrung allein automatisch krpereigenes

Fettgewebe verbrannt wird. Fazit: Nicht zu empfehlen!!! 4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Für den Einstieg (Anfänger) von S. Rother Viel zu viel Gerede und Umschreibungen wie es gehen könnte. Hilft nicht wirklich weiter. Nur für Menschen die noch nichts über den Fettabbau wissen ist es OK. 13 von 16 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Schade um's Geld von Ein Kunde eine Ansammlung von Platitiden zum Thema Fettabbau, die in vielen Büchern schon erwähnt wurden, nicht in die Tiefe gehend (die Strukturformel von Fettmolekülen macht's auch nicht wissenschaftlicher)!! schade um Zeit und Geld

Autorenkommentar Abnehmen ist wirklich nicht schwer!!! Lieber Interessent! Natürlich kann in einem Buch nicht alles stehen... Darum biete ich neben meinen Büchern auch eine persönliche Betreuung (personal training) sowie spezielle Seminare zum Thema Richtig Abnehmen an. Mehr Informationen erhalten Sie bei mir. Ich freue mich auf Ihre Nachricht!!! Leseprobe. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber. Alle Rechte vorbehalten. "Dieses Buch richtet sich an alle, die auf dem Weg zu weniger Körperfett und mehr Gesundheit schon die eine oder andere Enttäuschung hinter sich haben und mit Wunderdiäten oder Wundermitteln Zeit und Geld verschwendet haben. Wenn Sie dieses Buch gelesen haben, werden Sie wissen, dass der Verlust von Körperfett ein Prozess ist, der nach bestimmten Gesetzen abläuft. Folgen Sie diesen Gesetzmäßigkeiten, werden auch Sie unweigerlich Fett abbauen. Sie werden ebenfalls feststellen, dass Fettverlust nicht unbedingt Gewichtsverlust bedeutet. Zu viele Menschen haben sich zu lange dem Diktat der Waage unterworfen. Die Waage gibt Ihnen nur Aufschluss über das Gesamtgewicht, nicht aber über Ihre Körperzusammensetzung. Und die Körperzusammensetzung entscheidet letztlich über Leistungsfähigkeit, Gesundheit, Aussehen und Wohlbefinden. Da die Motive für den gewünschten Fettverlust so weit auseinanderliegen, beginnt dieses Buch mit einem allgemeinen Teil."