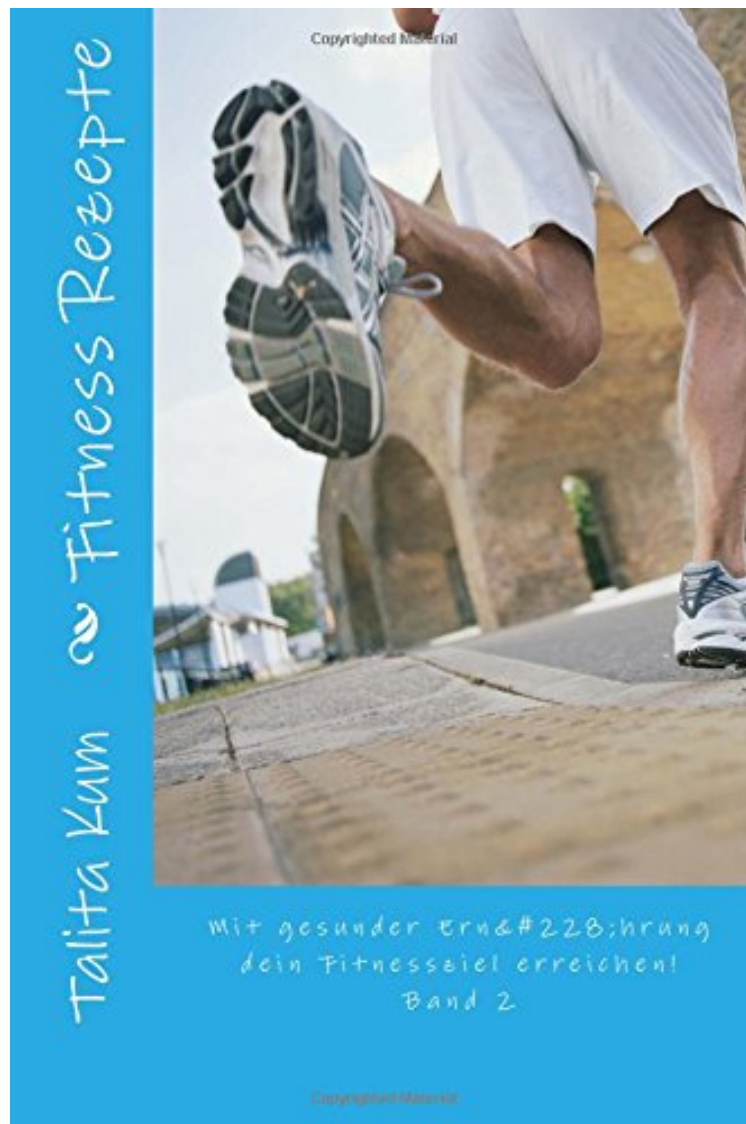


## Fitness Rezepte: Mit gesunder Ernährung dein Fitnessziel erreichen! Band 2

Von Talita Kum

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



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation - Verkaufsrang: #593997 in BcherVerffentlicht am: 2015-11-18Abmessungen: 9.00 x .9b x 6.00l, .19 Pfund Einband: Taschenbuch38 Seiten | File size: 40.Mb

**Von Talita Kum : Fitness Rezepte: Mit gesunder Ernährung dein Fitnessziel erreichen! Band 2** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Fitness Rezepte: Mit gesunder Ernährung dein Fitnessziel erreichen! Band 2:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Fitness Rezepte BuchVon JennyTalita Kum hat hier wirklich ein super Buch herausgebracht.Viele einfache und schnelle

Rezepte sind enthalten. Und was wirklich super ist, für jeden ist etwas dabei. Ob herzhaft oder süß alles ist vorhanden. Und die Gerichte sind wirklich hauptsächlich mit wenig Kalorien. Klarer Pluspunkt hierbei auch für die Nährwertangaben. 1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Für jeden Fitnessfan der schnell und lecker essen möchte! Von Michelle Nisius Schnelle Simple Rezepte die einfach super lecker sind!! Durch die tolle Beschreibung kann sogar so jemand wie ich es im Handumdrehen nachkochen bzw. backen ;-) außerdem total toll wenn man mal wieder keinen Plan hat was gekocht werden soll :) schon wie beim ersten Band, volle Punktzahl! Warte schon auf's Nächste :-D 1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Super! Von Melnie Super Buch tolle Tipps bzw. gesunde Ernährung ohne viel Zubehör oder Spezial-Lebensmitteln. Sehr lecker habe mir gleich Buch 1 gekauft und ein Buch 2 kam auch sofort. Habe es als eBook und immer dabei.

**Kurzbeschreibung** Sicher kennst du folgendes: Deine Ernährung muss fitnessgerecht sein, keine Frage! Dein Problem: Du hast wenig Zeit und nur die handelsüblichen Lebensmittel zu Hause?! Ein Fitness-Gericht, das nährwerttechnisch genau zu dir passt, kann sehr zeitaufwendig sein. Um dir deinen Alltag zu erleichtern, habe ich für dich dieses Buch geschrieben. "Fitness Rezepte" beinhaltet viele gesunde und fitnessgerechte Rezepte, die du mit wenig Zeitaufwand in deinen Alltag einbauen kannst. Das Buch ist in die nachfolgenden Kategorien unterteilt: 1. Frühstück 2. Mittagessen 3. Abendessen 4. Snacks 5. Kalorienarmes Essen. Es sind alles Rezepte, die ganz leicht umsetzbar und im Einkauf günstig sind. Unser Motto heißt: Skip diet. Just eat healthy. Mit gesunder Ernährung dein Fitnessziel erreichen! Über den Autor und weitere Mitwirkende: Mein Motto: Skip diet. Just eat healthy. Wir lieben die Zubereitung von super leckeren Fitness Rezepten, beginnend bei der Vorspeise bis hin zum Fitness-Dessert. Es ist uns eine Ehre dich mit unseren Fitness-Rezepten inspirieren zu dürfen. Zudem möchte wir zeigen, dass es ganz einfach ist, sich auch im Alltag mit wenig Zeit und wenig finanziellen Mitteln, gesund und ausgewogen zu ernähren. [www.fit-cook.de](http://www.fit-cook.de)