



Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente LOGI-Power-Programm zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Mit diesem Tagebuch werden Sie Ihr eigener LOGI-Coach!

Franca Mangiameli, Heike Lemberger

 **Download**

 **Online Lesen**

Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente LOGI-Power-Programm zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Mit diesem Tagebuch werden Sie Ihr eigener LOGI-Coach! Franca Mangiameli, Heike Lemberger

 [Download](#) Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente ...pdf

 [Read Online](#) Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligen ...pdf

Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente LOGI-Power-Programm zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Mit diesem Tagebuch werden Sie Ihr eigener LOGI-Coach!

Franca Mangiameli, Heike Lemberger

Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente LOGI-Power-Programm zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Mit diesem Tagebuch werden Sie Ihr eigener LOGI-Coach! Franca Mangiameli, Heike Lemberger

Downloaden und kostenlos lesen Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente LOGI-Power-Programm zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Mit diesem Tagebuch werden Sie Ihr eigener LOGI-Coach! Franca Mangiameli, Heike Lemberger

160 Seiten

Kurzbeschreibung

Der ganz persönliche Ernährungsplaner zum Angriff auf Ihr Wunschgewicht.

4 Sterne von 22 Lesern. Bitte beachten Sie auch die Rezensionen der bisherigen Auflagen »Abnehmen lernen« (ISBN 978-3-927372-46-7), die hier nun verbessert und aktualisiert angeboten wird.

Ein persönliches Powerprogramm für Ihren Einstieg in die LOGI-Ernährung. Ein detailliertes Tagebuch, ideal zum Nachhalten von Zielen und Erfolgen, Werten und Leistungen. Das perfekte Arbeitsbuch für ein Leben mit LOGI. Mit zahlreichen Tipps, Infos, und Ideen. Über den Autor und weitere Mitwirkende Franca Mangiameli studierte Oecotrophologie in Gießen und ist 2001 mit dem Oecotrophica-Preis ausgezeichnet worden. Seit 1999 leitet sie ein Studio für Ernährungsberatung in Gießen. Gemeinsam mit Dr. Nicolai Worm und Heike Lemberger bildet Franca Mangiameli Ärzte, Oecotrophologen, Apotheker et cetera zu zertifizierten LOGI-Trainern aus. Für Fernsehproduktionen auf RTL, RTL2 und VOX wirkte sie hinter und vor der Kamera als Ernährungsexpertin mit.

Heike Lemberger ist Leiterin der ernährungswissenschaftlichen Abteilung des Instituts für Sport- und Bewegungsmedizin e.V. an der Universität Hamburg. Unter anderem betreut sie dort Freizeit- und Profisportler sowie Patienten mit ernährungsabhängigen Erkrankungen. Die Autorin und Referentin hält Vorlesungen zum Thema Sport und Ernährung im Fachbereich Bewegungswissenschaft, wirkt an Studien und Recherchen mit, organisiert sportmedizinische Fachkongresse und führt gesundheits- und leistungsdiagnostische Untersuchungen durch.

Download and Read Online Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente LOGI-Power-Programm zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Mit diesem Tagebuch werden Sie Ihr eigener LOGI-Coach! Franca Mangiameli, Heike Lemberger #HXMKEBJ9VLA

Lesen Sie Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente LOGI-Power-Programm zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Mit diesem Tagebuch werden Sie Ihr eigener LOGI-Coach! von Franca Mangiameli, Heike Lemberger für online ebook Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente LOGI-Power-Programm zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Mit diesem Tagebuch werden Sie Ihr eigener LOGI-Coach! von Franca Mangiameli, Heike Lemberger 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 Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente LOGI-Power-Programm zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Mit diesem Tagebuch werden Sie Ihr eigener LOGI-Coach! von Franca Mangiameli, Heike Lemberger Bücher online zu lesen. Online Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente LOGI-Power-Programm zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Mit diesem Tagebuch werden Sie Ihr eigener LOGI-Coach! von Franca Mangiameli, Heike Lemberger ebook PDF herunterladen Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente LOGI-Power-Programm zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Mit diesem Tagebuch werden Sie Ihr eigener LOGI-Coach! von Franca Mangiameli, Heike Lemberger Doc Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente LOGI-Power-Programm zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Mit diesem Tagebuch werden Sie Ihr eigener LOGI-Coach! von Franca Mangiameli, Heike Lemberger Mobipocket Abnehmen lernen. In nur zehn Wochen! - Das intelligente LOGI-Power-Programm zur dauerhaften Gewichtsreduktion. Mit diesem Tagebuch werden Sie Ihr eigener LOGI-Coach! von Franca Mangiameli, Heike Lemberger EPub