

Bücher

Bücher von Michaela Haunold

Zu bestellen über das Kontaktformular **Das Glyx4you Ernährungsprogramm - Basisbuch**

Eine grundsätzliche Ernährungsumstellung ist nicht von einem auf den anderen Tag zu bewältigen. Diese Buch ermöglicht dem Leser, durch Selbstmanagement seine Gesundheit positiv zu beeinflussen und ernährungsbedingten Krankheiten vorzubeugen, und hilft in bestimmten Lebensphasen (z.B.: hormonelle Umstände durch die Pille, Schwangerschaft, Menopause, etc.) sein Gewicht zu kontrollieren und einer Gewichtszunahme entgegen zu wirken.

ISBN 978-3-902693-15-0

Preis € 19,00 exkl. Versandkosten (sofort lieferbar)

.....Das Glyx4you-
Basiskochbuch

Bei der Umstellung Ihrer Koch- und Essgewohnheiten werden Ihnen diese Rezepte eine wertvolle Hilfe sein. Sie werden Schritt für Schritt sehen, wie einfach es ist, die "Übergewichtsproduzenten" durch geschmacklich gleichwertige, aber umso gesündere Lebensmittel zu ersetzen. jedes Rezept ist zusätzlich gekennzeichnet mit GR (Gewichtsreduktion), GS (Gewichtsstabilisation) sowie mit Schwerpunkt "Laktosefrei", "Fructosefrei" und "Glutenfrei" für Menschen mit Nahrungsmittelintoleranzen.

(lieferbar ab Herbst 2010)

.....
Zu bestellen über das Kontaktformular **Das Backbuch "Süßer Angriff auf das Übergewicht"**

Backbuch mit den Schwerpunkt Gewichtsreduktion, gekennzeichnet für Laktose- und Glutenunverträglichkeit.

Kekse bis Konfekt, Kuchen bis Rouladen, Torten und Süßspeisen

ISBN 978-3-902693-14-3

Preis € 15,00 exkl. Versandkosten (sofort lieferbar)