

[Ebook] Scaricare Le ricette della dieta Dukan dei 7 giorni PDF EPUB MOBI - Pierre Dukan



Basata sul metodo dolce della Scala Nutrizionale, La dieta Dukan dei 7 giorni ha aperto nuove ed entusiasmanti frontiere del dimagrimento e ha conquistato il pubblico e la vetta delle classifiche dei libri più venduti. Il segreto di tanto successo è semplice: 7 gradini, 1 gradino per ogni giorno della settimana, ogni giorno si aggiunge una nuova categoria di alimenti. In ogni settimana della dieta puoi concederti tutti gli alimenti. Facile, efficace e senza rinunce. E la perdita definitiva di peso è garantita. Anche chi vuole liberarsi solo di pochi chili, chi ha difficoltà a seguire una dieta rigida nel lungo termine, chi vuole concedersi qualche piccola tentazione, chi ha una vita sociale molto attiva trova in questo metodo la soluzione ideale. A grande richiesta, arrivano ora oltre 100 ricette, pensate appositamente per il pubblico italiano, che arricchiranno di gusto e piacere.....

Titolo	:	Le ricette della dieta Dukan dei 7 giorni
Autore	:	Pierre Dukan
Categoria	:	Diete speciali
Pubblicato	:	25/11/2014
Editore	:	Sperling & Kupfer
Pagine	:	288
Lingua	:	Italiano
File Size	:	2.17MB

[\[Ebook\] Scaricare Le ricette della dieta Dukan dei 7 giorni PDF EPUB MOBI - Pierre Dukan](#)

