Ratzfatz ein paar Pfunde loswerden …

Ein paar Pfunde sollen runter? Und zwar schnell? Schließlich wollen Sie auf der Party in 6 Wochen was hermachen, wollen den nächsten Strandurlaub entspannt ganz ohne Baucheinziehen genießen oder es ist einfach dringend mal wieder an der Zeit, dass Sie sich in Ihrer Haut richtig wohl fühlen.

Mit diesem Buch an Ihrer Seite können Sie das schaffen! Sie sind motiviert, haben ein bisschen Sportsgeist und nehmen die 4-Wochen-Challenge an? Gut! Almased ist dabei Ihr idealer Partner, denn das Powerpulver macht Sie lang anhaltend satt, lässt miese Laune gar nicht erst zu und es wirkt. Zusammen mit regelmäßigen Sporteinheiten mehrmals in der Woche kann es klappen: Sie erreichen Ihr Wunschgewicht oder kommen ihm auf jeden Fall näher, falls es um mehr als ein paar Kilos geht. Dieses Buch unterstützt Sie dabei mit köstlichen Rezepten: In der ersten Woche wird geshaked – mit jede Menge Geschmack versteht sich; in den nächsten 3 Wochen gibt es jeden Tag ein leckeres Essen und 2 Shakes als Mahlzeitenersatz. So können Sie mit Genuss abnehmen; wenn Sie dann noch die Bewegungstipps und Abnehmtricks beherzigen, haben die Fettpölsterchen keine Chance mehr.

Ich wünsche Ihnen gutes Durchhaltevermögen, fröhliches Pfundepurzeln und guten Appetit!

Bettina Snowdon

aus: Snowdon, Endlich Abnehmen! (ISBN 9783432103969) © 2016 Trias Verlag