



Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden und Schlankbleiben



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden und Schlankbleiben

Iris Zachenhofer, Marion Reddy

Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden und Schlankbleiben Iris Zachenhofer, Marion Reddy

 [Download Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden un ...pdf](#)

 [Online lesen Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden und Schlankbleiben Iris Zachenhofer, Marion Reddy

Format: Kindle eBook

Kurzbeschreibung

Mit Radikaldiäten abzunehmen hat einen großen Nachteil: Der Gewichtsverlust verändert dabei unser Gehirn auf eine Art, die wir nicht wollen. Denn danach können wir jahrelang Hunger haben, ohne genau zu wissen, woher er kommt. Dr. Iris Zachenhofer, Neurochirurgin und Psychiaterin und Dr. Marion Reddy, Neurochirurgin, räumen mit den Illusionen von den Schnelldiäten auf und bieten eine einfache Lösung für das Problem an: Wer dauerhaft abnehmen will, muss sich ein Jahr Zeit dafür nehmen. Der 12-Monats-Plan, den sie vorlegen, klingt einfach, aber er funktioniert. **Kurzbeschreibung**

Mit Radikaldiäten abzunehmen hat einen großen Nachteil: Der Gewichtsverlust verändert dabei unser Gehirn auf eine Art, die wir nicht wollen. Denn danach können wir jahrelang Hunger haben, ohne genau zu wissen, woher er kommt. Dr. Iris Zachenhofer, Neurochirurgin und Psychiaterin und Dr. Marion Reddy, Neurochirurgin, räumen mit den Illusionen von den Schnelldiäten auf und bieten eine einfache Lösung für das Problem an: Wer dauerhaft abnehmen will, muss sich ein Jahr Zeit dafür nehmen. Der 12-Monats-Plan, den sie vorlegen, klingt einfach, aber er funktioniert. **Über den Autor und weitere Mitwirkende**

Dr. Iris Zachenhofer war Neurochirurgin an der Wiener Universitätsklinik sowie an der Neurochirurgie Feldkirch. Sie wechselte in die Psychiatrie und arbeitet jetzt in einer psychiatrischen Abteilung in Wien. Dr. Marion Reddy war ebenfalls Neurochirurgin an der Neurochirurgischen Universitätsklinik Wien und, als Oberärztin, in Feldkirch tätig. Jetzt wirkt sie an der Neurochirurgie Purpan in Toulouse.

Download and Read Online Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden und Schlankbleiben Iris Zachenhofer, Marion Reddy #1TA3H7D8OPV

Lesen Sie Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden und Schlankbleiben von Iris Zachenhofer, Marion Reddy für online ebook Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden und Schlankbleiben von Iris Zachenhofer, Marion Reddy Kostenlose PDF downloaden, 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 Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden und Schlankbleiben von Iris Zachenhofer, Marion Reddy Bücher online zu lesen. Online Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden und Schlankbleiben von Iris Zachenhofer, Marion Reddy ebook PDF herunterladen Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden und Schlankbleiben von Iris Zachenhofer, Marion Reddy Doc Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden und Schlankbleiben von Iris Zachenhofer, Marion Reddy Mobipocket Slow Slim: Der 12-Monats-Plan zum Schlankwerden und Schlankbleiben von Iris Zachenhofer, Marion Reddy EPub