

## Kurztext

---

Marion Grillparzer

### GLYX-DIÄT - Das Kochbuch

ePub

9,99 € (D) / 9,99 € (A) / 15,00 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-3179-9



Langfristig und gesund abnehmen kann ganz einfach sein. Wer sich vorwiegend von Lebensmitteln mit niedrigem GLYX ernährt, verliert Gewicht und gewinnt Gesundheit und Leichtigkeit. Die GLYX-Diät verzichtet auf Kalorienzählen und strenge Regeln, sie ist vielmehr eine praxisfreundliche Anleitung zum Abnehmen mit Glücks-Gefühl. Das Kochbuch zum Bestseller GLYX-Diät - Abnehmen mit Glücks-Gefühl enthält 222 neue und unkomplizierte, figurfreundliche Rezepte. Genuss und Erfolg im Kampf gegen die Waage sind garantiert! Die Power-Woche für Einsteiger und die vielen Praxisinformationen zum Essen nach dem GLYX erleichtern die Umstellung der Ernährung.