

(Download free pdf) La biblia de los licuados verdes (Spanish Edition)

La biblia de los licuados verdes (Spanish Edition)


Kristine Miles


*ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook*



Bebidas supernutritivas para que pierdas peso,
disipares tu energía y te sientas genial

Grijalbo *vital*

 Download

 Read Online

#2454997 in Books 2015-08-25 Original language: Spanish PDF # 1 8.20 x .70 x 5.40l, #File Name: 607312807X248 pages | File size: 67.Mb

Kristine Miles : La biblia de los licuados verdes (Spanish Edition) before purchasing it in order to gauge whether or not it would be worth my time, and all praised La biblia de los licuados verdes (Spanish Edition):

0 of 1 people found the following review helpful. Five Stars By Enrique Villanueva Good purchase

Los licuados verdes no solo están de moda: gracias a ellos puedes maximizar tu salud y bienestar. Sabías que tomar un licuado verde al día, hecho a base de frutas y vegetales, puede incrementar dramáticamente la cantidad de nutrientes que necesita tu cuerpo para protegerte? Todas las autoridades en el área de la salud recomiendan de seis raciones de frutas y vegetales al día, pero muy pocos seguimos ese consejo. La prestigiosa fisioterapeuta y chef Kristine Miles pone a tu alcance más de 300 deliciosas y sencillas recetas que además de activar y mejorar tu digestión, te ayudarán a: *Perder peso. *Desintoxicar tu cuerpo. *Incrementar tu energía. *Combatir las enfermedades cardíacas. *Prevenir la diabetes, la depresión y ciertos tipos de cáncer. *Estimular tu sistema inmunológico. *Mejorar tu cabello y piel. La biblia de los licuados verdes es ideal para aquellas personas que pretenden hacer un cambio radical en su alimentación y buscan soluciones inmediatas que les ayuden a mantener una buena salud y apariencia, además de tener una experiencia inolvidable en el paladar. Cada una de estas recetas te muestra cómo combinar vegetales verdes y frutas exquisitas para obtener los licuados más nutritivos que jamás hayas tomado: desempolva tu licuadora, abraza la salud y siente increíble. ENGLISH DESCRIPTION You know a daily diet rich in fruits and vegetables can maximize your health and well-being. But did you know that

drinking a smoothie every day made from fruits and vegetables can dramatically increase the amount of life-saving nutrients your body takes in? bull; Lose Weight bull; Detoxify the Body bull; Increase Energy bull; Fight Heart Disease bull; Prevent Diabetes, Depression and Certain Cancers bull; Boost the Immune System bull; Improve Skin and Hair