

Das ist meine wahre Geschichte, wie ich es geschafft habe- 60 kg auf gesunde Art abzunehmen, und vorallem zu halten, denn das ist das wichtigste dabei!! meine Erfahrungen und einsichten habe ich hier in diesen Buch aufgeschrieben um anderen Menschen auch einen Weg aufzuzeigen- wie sie es schaffen können!! Wir können alle Ziele in unserem Leben erreichen, wenn wir wollen- und darum habe ich diese Niederschrift verfasst und als EBook herausgegeben!Es soll Motivation und Hilfestellung für jeden sein! Gemeinsam sind wir stark- in diesem Sinne viel Spass beim lesen, und natürlich viel Erfolg mit den besten Grüßen Bea