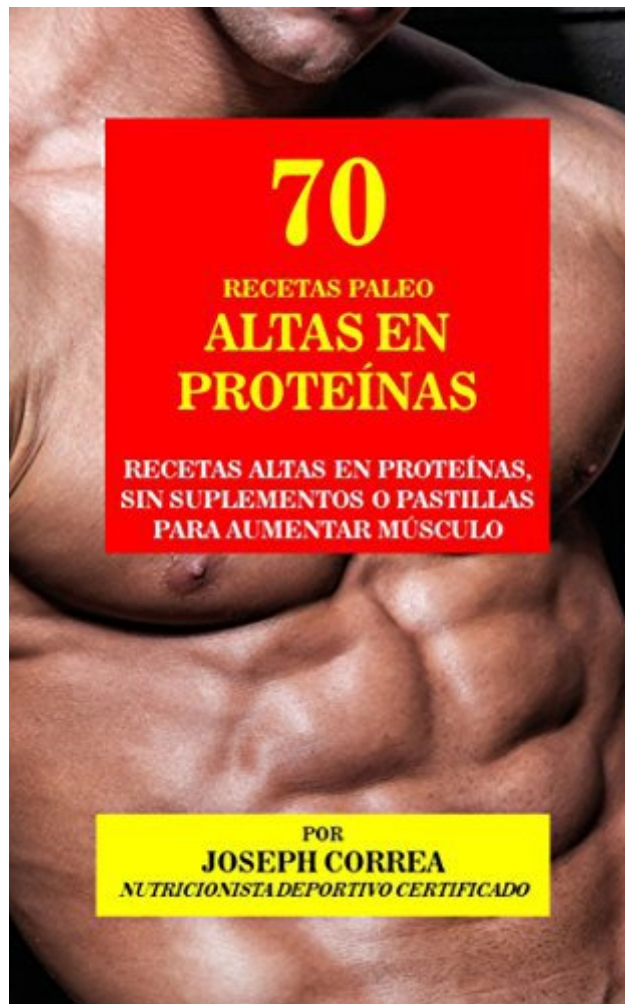


## 70 Recetas Paleo Altas en Proteínas: Recetas Altas en Proteínas, sin Suplementos o Pastillas para Aumentar Músculo



Fecha de publicación: 23 septiembre, 2015

Editor: Finibi Inc

Autor: Joseph Correa (Nutricionista Deportivo Certificado)

Longitud de impresión: 139

Idioma: Español

PDF

70 Recetas Paleo Altas en Proteínas, le ayudará a incrementar la cantidad de proteínas que usted consume al día, para facilitar el aumento de masa muscular. Estas recetas le ayudarán a aumentar músculo en una manera organizada, agregando grandes porciones saludables de proteína a su dieta. El estar demasiado ocupado para alimentarse apropiadamente puede, a menudo, convertirse en un problema y es por esto que este libro le ahorrará tiempo y le ayudará a nutrir su cuerpo para lograr las metas deseadas. Asegúrese de conocer qué está comiendo preparándolo usted mismo o pidiendo a alguien que lo prepare para usted.

Este libro le ayudará a:

- Ganar músculo rápida y naturalmente.
- Mejorar la recuperación muscular.
  - Comer deliciosas comidas.
  - Tener más energía.
- Acelerar naturalmente su metabolismo para construir más músculo.
  - Mejorar su sistema digestivo.

<http://yep.pm/mwNc4BPi5/A0nMxYp1Z.pdf.rar>