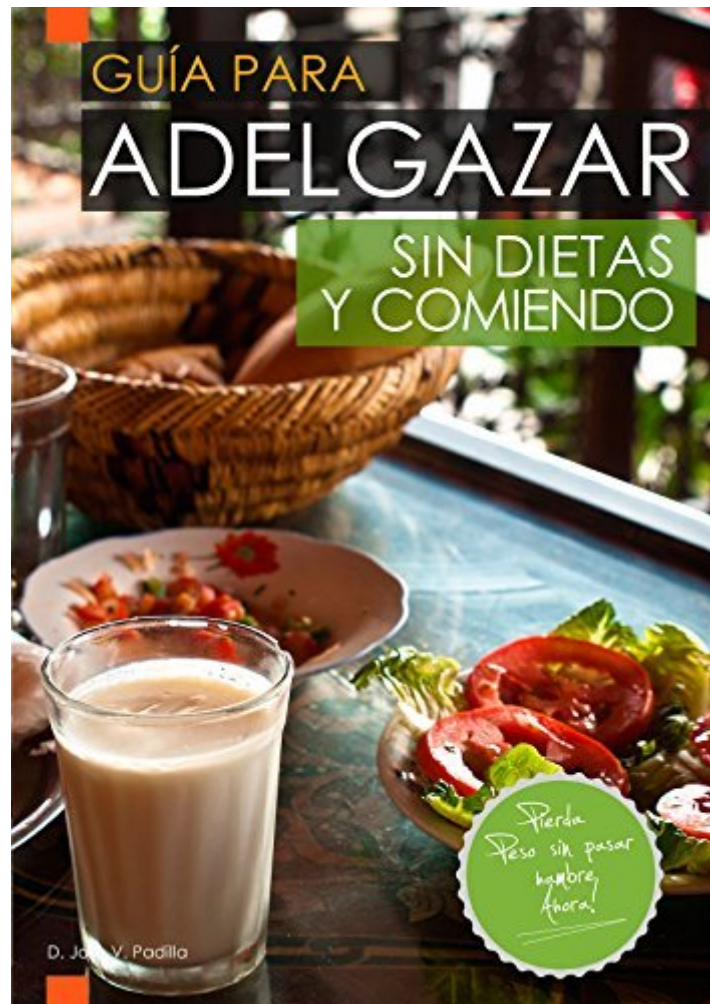


Guía para Adelgazar sin Dietas y Comiendo: Perder Peso sin Pasar Hambre.



Fecha de publicación: 28 agosto, 2015

Autor: Jose Vargas Padilla

Longitud de impresión: 302

Idioma: Español

PDF

Cada vez que vuelvo a coincidir con un viejo amigo o conocido, es un “ dejavuu ” , las mismas cinco preguntas, una y otra vez.

CUANTO HAS ADELGAZADO?. MÁS de 40 KILOS.

(mirada de asombro)

QUE DIETAS HAS HECHO?. NINGUNA.

(mirada de espanto)

COMO?. SOLO ES COMER SANO.

(mirada de desconocimiento)

COMER SANO ES CARISIMO?. MENTIRA, GASTO MENOS QUE ANTES, LO QUE ES CARO ES COMER BASURA.

(mirada de incredulidad)
Y ESO COMO SE HACE?. JE, JE, JE, DESPUES TE CUENTO.
(mirada de interesado)

TE CUENTO en los siguientes Capítulos, como ES posible COMER SANO, con un
PRESUPUESTO ECONOMICO y de paso IR ADELGAZANDO.

AHHH, se me olvida, lo más IMPORTANTE, sin pasar “ JAMBRE ” , si pasas hambre, no estas
comiendo sano y no lograras adelgazar y/o recuperas los kilos perdidos con creces, lo que
sucede con todas esas “ dietas ” de moda, que abundan tanto como las setas venenosas en
Invierno.

<https://k2s.cc/file/97c028653fc3f/ayqQabZKX.pdf.rar>