



HET KETOGEEN KOKOSVOEDINGSPATROON

Bruce Fife is natuurarts, schrijver, spreker en gediplomeerd voedingsdeskundige. Hij heeft meer dan twintig boeken geschreven. De meeste over kokosvet. Zodoende wordt er ook wel naar hem verwezen als de kokosnootgoeroe en noemen velen hem respectvol dokter Coconut.

In dit boek ontdek je o.a.:

- Waarom je vet nodig hebt om vet kwijt te raken.
- Hoe je af kunt vallen zonder honger te krijgen of je ellendig te voelen.
- Hoe je eetbuien kunt voorkomen.
- Welke vetten goed zijn voor je gezondheid en welke niet (laat je verrassen!).
- Hoe je je schildklierwerking kunt herstellen.
- Hoe je op je ideale gewicht kunt komen en blijven.
- Welke voedingsmiddelen je echt moet vermijden.

Je kunt genieten van machtige, volvette voeding zonder calorieën te hoeven tellen of honger te lijden. Het geheim is een vetrijk, ketogeen voedingspatroon. Ons lichaam heeft vet nodig voor een optimale gezondheid en om op een veilige en natuurlijke manier af te vallen.

Vetarme diëten zijn in de afgelopen vijftig jaar heel sterk gepromoot, en we zijn nu dikker dan ooit. Er is duidelijk iets mis met de vetarme benadering van afslanken. Er bestaat een betere oplossing voor de obesitasepidemie, en die oplossing is het Ketogeen Kokosvoedingspatroon.

In dit boek worden veel mythen en misvattingen over vet en afslanken aan de kaak gesteld en wordt uitgelegd waarom vetarme diëten niet werken. Onthuld wordt het allernieuwste toponderzoek naar een van 's werelds opwindendste afslankhulpmiddelen – kokosolie – en hoe je dat kunt gebruiken om je stofwisseling te versterken, je energie te verhogen, je schildklierwerking te verbeteren en onwenselijk gewicht kwijt te raken.

Dit revolutionaire afslankprogramma is ontwikkeld om ervoor te zorgen dat je zowel slank als gezond blijft door het eten van gezonde, natuurlijke voedingsmiddelen en vetten. Met groot succes heeft het mensen geholpen die leden aan zwaarlijvigheid, diabetes en hart- en vaatziekten, een traag werkende schildklier, chronische vermoeidheid, hoge bloeddruk, een hoog cholesterolgehalte en vele andere aandoeningen.

Voor meer informatie:
www.coconutresearchcenter.org



www.succesboeken.nl



HET KETOGEEN KOKOSVOEDINGSPATROON

DR. BRUCE FIFE



Dr. Bruce Fife

HET KETOGEEN KOKOS VOEDINGSPATROON



MET TIENTALLEN GEZONDE RECEPTEN

**PEP JE STOFWISSELING OP, VERBETER JE SCHILDKLIERWERKING,
VERMINDER EPILEPSIE EN RAAK OVERTOLLIG GEWICHT KWIJT**

Gezondheid