



## Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression

Anne Cossé

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

**Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression** Anne Cossé

 [Telecharger Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression ...pdf](#)

 [Lire en Ligne Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression ...pdf](#)

# **Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression**

*Anne Cossé*

**Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression** Anne Cossé

## Téléchargez et lisez en ligne Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression Anne Cossé

---

Format: Ebook Kindle

Présentation de l'éditeur

Il existe des dizaines de programmes de perte de poids, et peut-être en avez-vous essayé de nombreux.

Pourtant vous n'arrivez pas à les suivre complètement, ou vous abandonnez, ou vous reprenez du poids dans les mois qui suivent.

Pourquoi?

Parce qu'**un régime alimentaire seul ne traite pas les causes profondes de l'excès de poids.**

**L'acupression permet de travailler en profondeur:**

- Réguler l'appétit et les fringales,
- Accélérer le métabolisme
- Aiguiser la digestion
- Résorber la rétention d'eau
- Renforcer l'énergie
- Gérer le stress, en particulier émotionnel
- Améliorer l'image de soi et la confiance en soi

Les points et les exercices dans ce livre permettent de **booster votre programme de perte de poids.**

Ils entrent dans 4 catégories:

Les **points de la faim**: pour contrôler l'alimentation compulsive et pour réguler la faim.

Les **points de la digestion**: pour réguler le processus digestif.

Les **points endocriniens**: pour renforcer le métabolisme et éviter la rétention d'eau.

Les **points du stress**: pour réduire le stress et calmer le mental. Présentation de l'éditeur

Il existe des dizaines de programmes de perte de poids, et peut-être en avez-vous essayé de nombreux.

Pourtant vous n'arrivez pas à les suivre complètement, ou vous abandonnez, ou vous reprenez du poids dans les mois qui suivent.

Pourquoi?

Parce qu'**un régime alimentaire seul ne traite pas les causes profondes de l'excès de poids.**

**L'acupression permet de travailler en profondeur:**

- Réguler l'appétit et les fringales,
- Accélérer le métabolisme
- Aiguiser la digestion
- Résorber la rétention d'eau
- Renforcer l'énergie
- Gérer le stress, en particulier émotionnel
- Améliorer l'image de soi et la confiance en soi

Les points et les exercices dans ce livre permettent de **booster votre programme de perte de poids.**

Ils entrent dans 4 catégories:

Les **points de la faim**: pour contrôler l'alimentation compulsive et pour réguler la faim.

Les **points de la digestion**: pour réguler le processus digestif.

Les **points endocriniens**: pour renforcer le métabolisme et éviter la rétention d'eau.

Les **points du stress**: pour réduire le stress et calmer le mental.

Download and Read Online Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression Anne Cossé #DVCBHQO6UP7

Lire Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression par Anne Cossé pour ebook en ligne Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression par Anne Cossé Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression par Anne Cossé à lire en ligne. Online Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression par Anne Cossé ebook Téléchargement PDF Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression par Anne Cossé Doc Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression par Anne Cossé Mobipocket Boostez votre Perte de Poids avec l'Acupression par Anne Cossé EPub

**DVCBHQO6UP7DVCBHQO6UP7DVCBHQO6UP7**