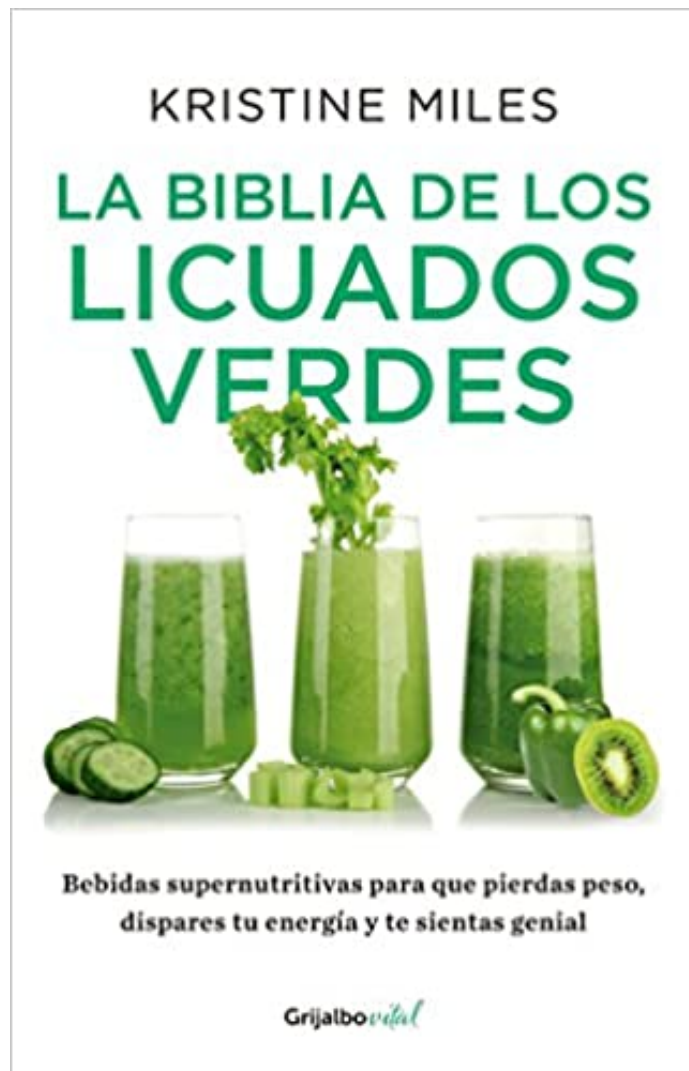


La Biblia De Los Licuados Verdes (Spanish Edition)

by

Kevin J McNamara



EBOOK DOWNLOAD

Synopsis

Los licuados verdes no sólo están de moda: gracias a ellos puedes maximizar tu salud y bienestar ¿Sabías que tomar un licuado verde al día, hecho a base de frutas y vegetales, puede incrementar dramáticamente la cantidad de nutrientes que necesita tu cuerpo para protegerte? Todas las autoridades en el área de la salud recomiendan de seis raciones de frutas y vegetales al día, pero muy pocos seguimos ese consejo. La prestigiosa fisioterapeuta y chef Kristine Miles pone a tu alcance más de 300 deliciosas y sencillas recetas que además de activar y mejorar tu digestión, te ayudarán a: *Perder peso. *Desintoxicar tu cuerpo. *Incrementar tu energía. *Combatir las enfermedades cardíacas. *Prevenir la diabetes, la depresión y ciertos tipos de cáncer. *Estimular tu sistema inmunológico. *Mejorar tu cabello y piel. La biblia de los licuados verdes es ideal para aquellas personas que pretenden hacer un cambio radical en su alimentación y buscan soluciones inmediatas que les ayuden a mantener una buena salud y apariencia, además de tener una experiencia inolvidable en el paladar. Cada una de estas recetas te muestra cómo combinar vegetales verdes y frutas exquisitas para obtener los licuados más nutritivos que jamás hayas tomado: desempolva tu licuadora, abraza la salud y siéntete increíble. ENGLISH DESCRIPTION You know a daily diet rich in fruits and vegetables can maximize your health and well-being. But did you know that drinking a smoothie every day made from fruits and vegetables can dramatically increase the amount of life-saving nutrients your body takes in? • Lose Weight • Detoxify the Body • Increase Energy • Fight Heart Disease • Prevent Diabetes, Depression and Certain Cancers • Boost the Immune System • Improve Skin and Hair

Sort review

About the Author Kristine Miles es una profesional de la salud con más de quince años de experiencia y una apasionada de la nutrición. Su método, a base de frutas y verduras, fomenta en todo momento un estilo de vida saludable y libre de tóxicos. Su misión es promover la salud y el bienestar a seguir una vida sana mediante una alimentación real, viva y deliciosa. Kristine trabaja a tiempo completo como fisioterapeuta privada, chef profesional y blogger. Está felizmente casada y vive en Phillip Island, Australia. <http://www.kristinemiles.com>

[Download to continue reading...](#)

Descubra El Poder de los Jugos Para Bajar de Peso: Mejores Recetas Para Bajar de Peso Ya!,
Pierda 10 Libras en Una Semana (Spanish Edition)

What people say about this book

Lucero Rodríguez, "Me ha cerbido bastante he bajado 6 libras!!.

```
{ "videoWidth":0,"videoUrl":"https://m.media-amazon.com/images/S/vse-vms-transcoding-artifact-us-east-1-prod/88287989-c98b-4898-ba24-5d9e7d204a4f/default.jobtemplate.hls.m3u8", "clientPrefix":"vse_reviews_desktop_r1gvird6ocv7j1_1675265818364", "awaConfig":{"useUpNextComponent":false,"initialVideo":"R1GVIRD6OCV7J1", "shouldPreload":true,"isChromelessPlayer":false,"closedCaptionsConfig":{"captionsOnTexts":{"en":"English (Automated)"}, "captionsOffText":"Captions off", "languageToLabelTexts":{"English":"English"}}, "isVideoImmersivePlayer":false,"skiplnitialFocus":false,"disabledViewIds":["replayHint"],"customerId":"0", "containerId":"vse_reviews_desktop_r1gvird6ocv7j1_1675265818364-player-c79ce7dd-f0ba-4064-b492-6234aa5b2e96", "requestMetadata":{"marketplaceId":"ATVPDKIKX0DER", "clientId":"VSE-US", "method":"cr_inline_review", "requestId":"44X7D26P1K33E3KM6C5B", "pageAsin":"","sessionId":"133-1937374-7321550"}, "shouldLoop":false,"shouldDisableControls":false,"alwaysSetInitialVideo":true,"clientPrefix":"","useAutoplayFallback":false,"sushiMetricsConfig":{"isRobot":false,"clientId":"VSE-US", "videoAsinList":"","weblabIds":"","eventSource":"Player", "sessionId":"133-1937374-7321550", "refMarkers":"vse_reviews_desktop_R1GVIRD6OCV7J1_1675265818364_ref", "placementContext":"cr_inline_review", "marketplaceId":"ATVPDKIKX0DER", "isInternal":false,"endpoint":"https://unagi-na.amazon.com/1/events/com.amazon.eel.vse.metrics.prod.events.test", "requestId":"44X7D26P1K33E3KM6C5B", "customerId":"0", "sessionType":1}, "ospLinkCode":"","showPosterImage":true, "languageCode":"en", "version":"","shouldStartMuted":false,"airyVersion":"VideoJS", "languagePreferenceStrings":{"enableInactiveFocus":true,"isReactFactory":false,"enableDelphiAttribution":false,"shouldAutoplay":false}, "imageUrl":"https://m.media-amazon.com/images/I/51L44vOT9nL._SY256._SY256.jpg", "closedCaptionsConfig":{"captionsOnTexts":{"en":"English (Automated)"}, "captionsOffText":"Captions off", "languageToLabelTexts":{"English":"English"}}, "needPlayerFactory":false,"sushiMetricsConfig":{"isRobot":false,"clientId":"","videoAsinList":"","weblabIds":"","eventSource":"Player", "sessionId":"133-1937374-7321550", "refMarkers":"vse_reviews_desktop_R1GVIRD6OCV7J1_1675265818364_ref", "placementContext":"cr_inline_review", "marketplaceId":"ATVPDKIKX0DER", "isInternal":false,"endpoint":"https://unagi-na.amazon.com/1/events/com.amazon.eel.vse.metrics.prod.events.test", "requestId":"44X7D26P1K33E3KM6C5B", "customerId":"0", "sessionType":1}, "mimeType":"application/x-mpegURL", "isMobile":false,"videoHeight":0}
```

Muy buen material y facil de entender muy interesante.”

Enrique Villanueva, “Five Stars. Good purchase”

Manuel, “Excelente. Articulo Excelente”

Ramon, “el verde es vida. Buen libro, increíble para los que llevamos una vida mas sana, me encanto.”

fernando guzman, “Muy buen libro. Excelente”

The book by Kevin J McNamara has a rating of 5 out of 4.5. 78 people have provided feedback.

Book Information

Language: Spanish

Paperback: 248 pages

Item Weight: 8.2 ounces

Dimensions: 5.3 x 0.69 x 8.3 inches

Hardcover: 416 pages

File size: 8935 KB

Text-to-Speech: Enabled

Screen Reader: Supported

Enhanced typesetting: Enabled

Word Wise: Not Enabled

Sticky notes: On Kindle Scribe

Print length: 394 pages

[DMCA](#)