

# SCHLANK IM SCHLAF

## DAS ERFOLGSPRINZIP



Der Schlaf ist die längste Fettverbrennungsphase. Nutzen Sie die Kraft der Hormone und den Bio-Rhythmus effektiv fürs Abnehmen. Damit wird auch Ihre Traumfigur bald Wirklichkeit ...

- **Der perfekte Nährstoff-Mix für morgens, mittags und abends:** Basiswissen und moderne Rezepte machen den Einstieg in die Insulin-Trennkost leicht.
- **Testen Sie:** Sind Sie Ackerbauer oder Nomade? Welcher Hormontyp sind Sie? Typgerechte, einfache Programme für Männer und Frauen!
- **Das richtige Maß** an Bewegung und Entspannung sorgt zusätzlich für Fettabbau, Muskelaufbau und einen Top-Stoffwechsel.
- **Vollständig aktualisierte Neuausgabe des Bestsellers**

WG 461 Ernährung  
ISBN 978-3-8338-4128-6



9 783833 841286

€ 19,99 [D]  
€ 20,60 [A]

[www.gu.de](http://www.gu.de)

**GU**