

Алексей Мичман



**ЭКСПРЕСС-ДИЕТЫ**

# **Алексей Мичман**

# **Экспресс-диеты**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=28745933](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=28745933)*

*ISBN 9785449024497*

## **Аннотация**

Экспресс-диеты позволяют быстро избавиться от нескольких ненужных килограммов. Здесь я хочу рассказать вам несколько рецептов экспресс-диет.

# Содержание

Экспресс диеты на разных продуктах – это что нужно для быстрого похудения	5
Конец ознакомительного фрагмента.	6

# **Экспресс-диеты**

**Алексей Мичман**

© Алексей Мичман, 2019

ISBN 978-5-4490-2449-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# **Экспресс диеты на разных продуктах – это что нужно для быстрого похудения**

Экспресс-диеты позволяют быстро избавиться от нескольких ненужных килограммов. А как она скажется на здоровье и весе в дальнейшем? Об этом немногие задумываются, ведь так хочется похудеть! Женщины готовы на любые лишения, лишь бы хорошо выглядеть, предположим, на той же встрече выпускников. Именно подобные события зачастую и становятся причинами «любви к диетам».

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.