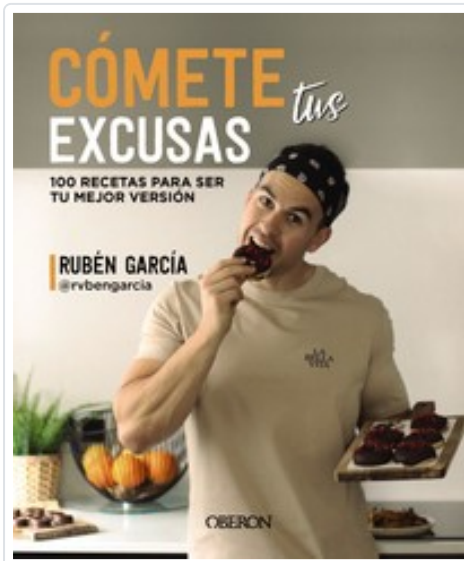


# COMETE TUS EXCUSAS. 100 RECETAS PARA SER TU MEJOR VERSION



**RVBENGARCIA**

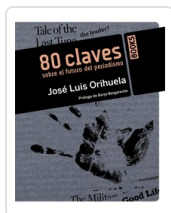
## SINOPSIS

Descubre un mundo de sabor y bienestar con *Cómete tus excusas*. Este libro revolucionario te ofrece una amplia selección de recetas nutritivas y deliciosas, cuidadosamente diseñadas para ayudarte a alcanzar tus metas de salud y bienestar. En estas páginas, encontrarás una variedad de platos inspiradores que te permitirán disfrutar de comidas sabrosas mientras cuidas de tu cuerpo. Desde desayunos energizantes hasta comidas completas y snacks satisfactorios, cada receta ha sido elaborada con ingredientes saludables y equilibrados para proporcionarte los nutrientes necesarios para alcanzar tus objetivos. Ya sea que estés buscando ganar masa muscular, mejorar tu rendimiento deportivo o simplemente llevar una vida más saludable, *Cómete tus excusas* te guiará en el camino hacia una alimentación consciente y balanceada. Con instrucciones claras y consejos prácticos, este libro te facilitará la preparación de platos nutritivos sin complicaciones. ¡Prepárate para deleitar tu paladar mientras transformas tu cuerpo! Descubre una nueva forma de comer y vive el equilibrio entre sabor y salud con *Cómete tus excusas*. ...



Editorial	OBERON
Materia	FORMA FISICA Y ALIMENTACION
Colección	OBERON
EAN	9788441548749
Status	Disponible
Páginas	232
Tamaño	190x230x17 mm.
Peso	722
Precio (Imp. inc.)	23,95€
Fecha de lanzamiento	23/10/2023

## Títulos relacionados



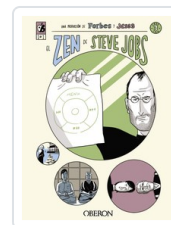
80 CLAVES SOBRE EL FUTURO DEL PERIODISMO  
JOSE LUIS ORIHUELA



DIEZ AÑOS EN GRAN HERMANO. DIARIO DE UNA GUIONISTA  
GILDA SANTANA



2012. LOS ENIGMAS DEL APOCALIPSIS MAYA  
JAVIER PEREZ CAMPOS



ZEN DE STEVE JOBS  
FORBES