

JB RIVES

# LE FASTING



La méthode de jeûne intermittent  
**ultra efficace**  
pour perdre du poids  
et vivre plus longtemps

THE HERRY  
SOUDEAN  
EDITIONS

## **Le Fasting - La méthode de jeûne intermittent ultra efficace pour perdre du poids et vivre longtemps**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Le Fasting - La méthode de jeûne intermittent ultra efficace pour perdre du poids et vivre longtemps

*J.b. Rives*

**Le Fasting - La méthode de jeûne intermittent ultra efficace pour perdre du poids et vivre longtemps**

J.b. Rives

 [Télécharger Le Fasting - La méthode de jeûne intermittent ul ...pdf](#)

 [Lire en ligne Le Fasting - La méthode de jeûne intermittent ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne **Le Fasting - La méthode de jeûne intermittent ultra efficace pour perdre du poids et vivre longtemps J.b. Rives**

---

176 pages

Présentation de l'éditeur

### **La nouvelle façon de maigrir. Avec ou sans sport.**

Le Fasting est une méthode ultra simple et ultra efficace pour perdre du poids. Inutile de courir des heures ou de compter les calories... Vous allez perdre vos kilos avec un minimum d'effort, sans vous priver, sans frustration, sans envie de sucre, sans penser à manger toute la journée. Le tout avec une énergie décuplée.

Trop beau pour être vrai ? Non, des études récentes montrent que c'est possible. Le Fasting est une forme de jeûne intermittent qui réveille votre métabolisme, simplement en espaçant les repas. Sans y penser, on incite le corps à utiliser ses réserves de graisse comme source d'énergie. **Résultat : on perd 3 à 5 kilos par mois.**

Des milliers de personnes ont réussi à mincir de cette façon. Vous le découvrirez au fil des pages à travers des *success-stories* étonnantes. Comme elles, faites l'expérience du Fasting avec ce livre qui vous guide pas à pas vers un nouveau mode alimentaire. Ça marchera pour vous aussi !

### **En bonus dans ce livre**

- Pourquoi on prend du poids - Les dernières découvertes sur le jeûne - Comment booster les hormones brûleuses de graisse - Les incroyables bénéfices du Fasting sur la santé - Les deux façons d'appliquer le Fasting, pas à pas. Biographie de l'auteur

JB Rives est un entrepreneur de 34 ans. Il a retrouvé la ligne de ses 20 ans grâce au jeûne intermittent.

Transformé par cette expérience, il se passionne aujourd'hui pour la nutrition et partage ses découvertes sur le site [Fasting.fr](http://Fasting.fr).

Download and Read Online **Le Fasting - La méthode de jeûne intermittent ultra efficace pour perdre du poids et vivre longtemps J.b. Rives #9326ETWHPV5**

Lire Le Fasting - La méthode de jeûne intermittent ultra efficace pour perdre du poids et vivre longtemps par J.b. Rives pour ebook en ligneLe Fasting - La méthode de jeûne intermittent ultra efficace pour perdre du poids et vivre longtemps par J.b. Rives 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 Le Fasting - La méthode de jeûne intermittent ultra efficace pour perdre du poids et vivre longtemps par J.b. Rives à lire en ligne.Online Le Fasting - La méthode de jeûne intermittent ultra efficace pour perdre du poids et vivre longtemps par J.b. Rives ebook Téléchargement PDFLe Fasting - La méthode de jeûne intermittent ultra efficace pour perdre du poids et vivre longtemps par J.b. Rives DocLe Fasting - La méthode de jeûne intermittent ultra efficace pour perdre du poids et vivre longtemps par J.b. Rives MobipocketLe Fasting - La méthode de jeûne intermittent ultra efficace pour perdre du poids et vivre longtemps par J.b. Rives EPub

**9326ETWHPV59326ETWHPV59326ETWHPV5**