

Achtung Figurfallen

Geschrieben von: Carlos Barbon

Sonntag, den 16. Juni 2013 um 18:23 Uhr -



Achtung Figurfallen

Heimliche Figurfallen: Sehr oft stellt man seine Ernährung um, nimmt aber trotzdem nicht ab, obwohl man auf Brot, Fast Food, Pizza etc. verzichtet. Doch leider tappt man oft in heimliche Figurfallen. Dazu gehören Alkohol, Softdrinks, Säfte, Light-Produkte, von denen man gerne zu viel isst, sowie viel Stress und Schlafmangel.