

The book was found

52 Recetas De Desayuno Altas En Proteínas Para Fisicoculturismo: Incremente Músculos Rápidamente Sin Pastillas, Suplementos O Barras Proteicas (Spanish Edition)



Synopsis

52 Recetas de Desayuno Altas en Proteínas para Fisicoculturismo le ayudará a incrementar la cantidad de proteínas que usted consume al día, para facilitar el aumento de masa muscular. Estas recetas le ayudarán a aumentar músculo en una manera organizada agregando grandes porciones saludables de proteína a su dieta. El estar demasiado ocupado para alimentarse apropiadamente puede, a menudo, convertirse en un problema y es por esto que este libro le ahorrará tiempo y le ayudará a nutrir su cuerpo para lograr las metas deseadas. Asegúrese de conocer qué está comiendo preparándolo usted mismo o pidiendo a alguien que lo prepare para usted. Este libro le ayudará a: -Ganar músculo rápida y naturalmente a la hora del desayuno.- Mejorar la recuperación muscular.- Tener más energía.- Acelerar naturalmente su metabolismo para construir más músculo.- Mejorar su sistema digestivo. Joseph Correa es un nutricionista deportivo certificado y un atleta profesional.

Book Information

File Size: 2774 KB

Print Length: 105 pages

Publisher: Finibi Inc; First Edition edition (September 22, 2015)

Publication Date: September 22, 2015

Sold by: Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B015Q4FE5U

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Enabled

Best Sellers Rank: #887,221 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #42

in Books > Libros en español > Deportes > Entrenamiento #148 in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Ejercicio y Suficiencia Física #178 in Kindle Store > Kindle eBooks > Foreign Languages > Spanish > Deportes

[Download to continue reading...](#)

52 Recetas de Desayuno Altas en Proteínas para Fisicoculturismo: Incremente Músculos Rápidamente sin Pastillas, Suplementos o Barras Proteicas (Spanish Edition) Las Recetas de la Abuela: 64 Exquisitas Recetas de Comida Española Tradicional y Tapas (recetas, recetas alcalinas, recetas vegetarianas, cocina, cocina casera, cocina sencilla) (Spanish Edition) The Sin

Trilogy Bundle: A Necessary Sin, The Next Sin, One Last Sin 50 RECETAS VEGANAS Para el DESAYUNO: Empiece Su Dia de Forma Saludable (Spanish Edition) RECETAS PARA EL NUTRIBULLET - Pierda Grasa y Adelgace Sin Esfuerzo: Como Bajar de Peso Rapido con Las Mejores Recetas Para el NutriBullet (Spanish Edition) Detox - Vida Sana Sin Toxinas - 130 Recetas de Diversas Regiones del Mundo para Desintoxicarse y Mantenerse Saludable (Detox - Vida Sana Sin Toxinas - ... Regiones del Mundo) (Spanish Edition) Pan Sin Gluten: Las Mejores Recetas Para Elaborar Los Panes MÃ¡s Deliciosos Con Cereales Saludables Sin Gluten (Spanish Edition) Pan Sin Gluten: Principios, tÃ©cnicas y trucos para hacer pan, pizza, bizcochos, cupcakes y otras recetas sin gluten. (Spanish Edition) Cocina Italiana: Recetas Italianas para principiantes (Recetas sencillas para principiantes - Comida Italiana para todos nÂ° 1) (Spanish Edition) GUIA COMPLETA De FISICOCULTURISMO PARA ESCULPIR TU CUERPO: 60 DIAS PARA QUEMAR GRASAS y REDISENARTE COMPLETAMENTE (Spanish Edition) La Guia Completa de Vitaminas, Hierbas y Suplementos: Todo lo que Necesita Saber para Llevar una Vida Saludable (Spanish Edition) Las 5 Leyes Biologicas: Huesos, Musculos y Articulaciones: La Nueva Medicina del Dr. Hamer (Spanish Edition) Psicologia de ventas: Como vender mÃ¡s, mÃ¡s facil y rapidamente de lo que alguna vez pensaste que fuese posible (Spanish Edition) Recetas Vegetarianas FÃ¡ciles y EconÃ³micas: MÃ¡s de 120 recetas vegetarianas saludables y exquisitas (Recetas sabor inglÃ©s) (Volume 5) (Spanish Edition) Dieta Para Bajar el Colesterol: Las Mejores Recetas Para Bajar el Colesterol en 30 Dias y Sin Medicamento (Spanish Edition) Las 185 Mejores Recetas, PurÃ©as, y Papillas Para Tu BebÃ©: Recetas para bebÃ©s creativas, fÃ¡ciles de hacer y econÃ³micas (Spanish Edition) LOS 110 MEJORES EJERCICIOS PARA FISICOCULTURISMO: VuÃ©lvete mÃ¡s Fuerte, Define tu Musculatura y Gana Masa Muscular (Spanish Edition) Enfoque (Texto Completo): Como lograr sus mas altas prioridades Desayuno con partÃ­culas: La ciencia como nunca antes se ha contado (Spanish Edition) Cien deliciosas recetas para niÃ±os autistas: Sin gluten, caseÃ­na, azÃºcar, soya, preservantes y colorantes artificiales (Spanish Edition)