Cum sa pierzi in greutate in functie de forma corpului

Dupa cum poate ati mai auzit inainte, exista trei tipuri de forme ale corpului feminin: mar, para si clepsidra.

Dupa ce v-ati determinat forma corpului vostru, trebuie sa cititi mai jos pentru a afla tipul de dieta pe care ar trebui sa-l urmati pentru a pierde in greutate mult mai usor…..

Corpul in forma de mar!
Femeile care au corpul asemanator cu un mar, au de obicei multi cenimentri in plus in zona stomacului.

Ce este de facut:

1. Includeti alimente bogate in celuloza in dieta CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: www.secretele.com