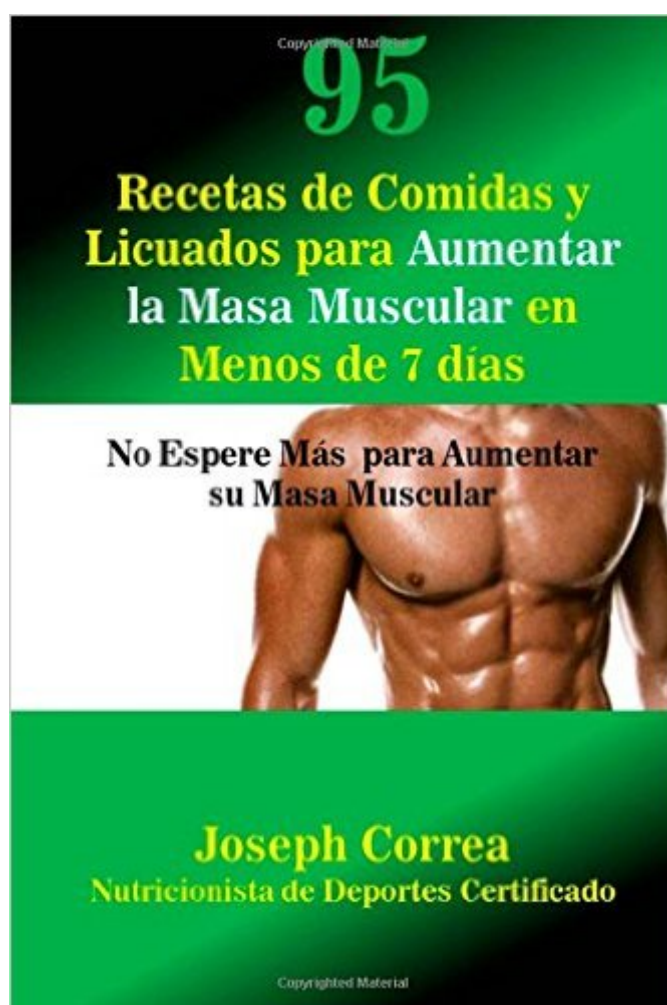


The book was found

95 Recetas De Comidas Y Licuados Para Aumentar La Masa Muscular En Menos De 7 Dias: No Espere Mas Para Aumentar Su Masa Muscular (Spanish Edition)



Synopsis

95 Recetas de Comidas y Licuados para Aumentar la Masa Muscular en Menos de 7 días -as lo ayudará a aumentar la cantidad de proteína que consume por día -a para ayudar a aumentar la masa muscular. Estas comidas lo ayudarán a aumentar el músculo de una manera organizada mediante la adición de grandes porciones de proteínas saludables a su dieta. Estar demasiado ocupado para comer bien, a veces, puede convertirse en un problema y es por eso que este libro le va a ahorrar tiempo y ayudar a nutrir su cuerpo para lograr las metas que quiera. Asegúrese de saber lo que está comiendo al preparar su alimento usted mismo o tener a alguien que lo prepare para usted. Este libro lo ayudará a: -Generar músculos rápido -Tener más energía -Acelerar su metabolismo naturalmente para generar más musculatura -Mejorar su sistema digestivo Joseph Correa es un nutricionista deportivo certificado y un atleta profesional. © 2015 Correa Media Group

Book Information

Paperback: 224 pages

Publisher: CreateSpace Independent Publishing Platform; First Edition edition (January 12, 2015)

Language: Spanish

ISBN-10: 1507536127

ISBN-13: 978-1507536124

Product Dimensions: 6 x 0.5 x 9 inches

Shipping Weight: 14.1 ounces (View shipping rates and policies)

Average Customer Review: Be the first to review this item

Best Sellers Rank: #278,653 in Books (See Top 100 in Books) #3 in Books > Libros en español > Deportes > Entrenamiento #23 in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Ejercicio y Suficiencia Física #60 in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Salud Personal

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

95 Recetas de Comidas y Licuados para Aumentar la Masa Muscular en Menos de 7 días: No Espere Mas para Aumentar su Masa Muscular (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) DIETA VEGANA PARA CULTURISTAS: Incluye 50 Recetas Veganas que le ayudarán a conseguir masa muscular y su musculación (Spanish Edition) 10 mandamientos para ganar masa muscular

(Spanish Edition) LOS 110 MEJORES EJERCICIOS PARA FISICOCULTURISMO: Vuélvete más Fuerte, Define tu Musculatura y Gana Masa Muscular (Spanish Edition) Rutinas Poderosas para una Masa Muscular Impresionante (Spanish Edition) Guia completa de las tecnicas culinarias: Postres: Con mas de 150 deliciosas recetas de la escuela de cocina mas famosa del mundo (Le Cordon Bleu series) (Castillian Edition) Alimentación Turbo para activar el metabolismo mas rebelde: programa de 21 dias para bajar de peso y medidas (Spanish Edition) 50 Recetas Veganas: Opciones Variadas y Nutritivas para tus Comidas y Postres (Spanish Edition) Dias Y Dias De Poesia (Cassette and Book) (Spanish Edition) Como Desintoxicar El Cuerpo En 7 Dias y Adelgazar Mas Rápido - y Los Mejores Consejos Para La Salud (Spanish Edition) Dieta Para Bajar el Colesterol: Las Mejores Recetas Para Bajar el Colesterol en 30 Dias y Sin Medicamento (Spanish Edition) Dias Y Dias De Poesia / Song Tapes Comidas USA: Una colección esencial de recetas clásicas y reconfortantes de Estados Unidos (Spanish Edition) Cálculos: 180 recetas con deliciosos maridajes de comidas (Spanish Edition) Adicto al pan. Recetas en menos de 30 minutos (Spanish Edition) Recetas Vegetarianas Fáciles y Económicas: Más de 120 recetas vegetarianas saludables y exquisitas (Recetas sabor inglés) (Volume 5) (Spanish Edition) Vamos A Encontrar Lo Mas Corto y Lo Mas Largo (Matematicas Para Empezar) (Spanish Edition) Cocina Italiana: Recetas Italianas para principiantes (Recetas sencillas para principiantes - Comida Italiana para todos nº 1) (Spanish Edition) La biblia de los licuados verdes (Spanish Edition)