



Mes recettes healthy: BIM ! Prends toi en main avec mes recettes
fitfightforever | 1



[Agrandir](#)

[Mes recettes healthy: BIM ! Prends toi en main avec mes recettes fitfightforever](#)

Enfin le livre de Thibault Geoffray ! LE coach sportif d'Instagram ! 80 recettes simples, rapides et délicieuses. Passage obligatoire au rayon fruits et légumes, peu d'ingrédients mais les meilleurs : Manger plus, manger mieux, s'entraîne moins ! Terminé les régimes restrictifs ! Retrouvez goût à la vie, à l'entraînement et à la santé grâce aux conseils de votre coach sportif professionnel.

Biographie de l'auteur

Thibault Geoffray, coach sportif reconnu et créateur du 90-Day Life Challenge, est à la tête de l'une des communautés fitness les plus actives sur les réseaux sociaux. Thibault change la façon de voir la nutrition et le sport.

Neuf:

EUR 15,90 EUR En stock



[Rechercher la version e-book et Kindle](#)

Mes recettes healthy: BIM ! Prends toi en main avec mes recettes fitfightforever