

ADVARSEL

Å slutte med sukker og varer som ligner sukker, åpner øynene dine og får deg til å endre livsstil – til det bedre!

STEN STURE SKALDEMAN er en sentral skikkelse i kostholdsdebatten. Han har deltatt på en rekke TV- og radiodebatter i Sverige og Norge, og utfordrer gamle kostholdsråd ved å hevde at den riktige maten i dag, er den samme maten som var riktig for mennesker for 10 000 år siden.

STADIG FLERE SIER SEG ENIG med Skaldeman, og stadig flere oppdager hvilke underverker et naturlig kosthold, uten stivelse og sukker, kan gjøre for fysikken og psyken. **ER DU OVERVEKTIG, VIL DU GÅ NED I VEKT.** Dette er noe av hva Skaldemans «elever» rapporterer om:

- SUKKERSUG FORSVINNER
- JEVN ENERGI, MINDRE SULT
- SPISER SJELDNERE ENN FØR
- MUSKLENE BLIR STERKERE, BETENNELSER OG LEDDSMERTER AVTAR
- MAGE- OG TARMFUNKSJONEN BLIR BETRAKTLIG BEDRE
- JEVN OG STABIL VEKTREDUKSJON – SLUTT PÅ JO-JO SLANKING

«**KARBOHYDRATER OG SUKKER HINDRER** (fettforbrenningsmotoren) å starte. Spiser du mettet fett får hjernen raskere signal om at (nå er du met). Fett holder deg met lenger, og genene våre (forstår) denne type næring. **SPIS FEIT MAT, KJØTT OG FISK.** Dropp poteter og brød. På grunn av lagring og transport er det lite vitaminer i frukt og grønnsaker butikkene markedsfører, animalske varer er å foretrekke.»

TROND JAMTUN, HOMEOPAT, RÆLINGEN

«GI-NULL!»

ER STEN STURE SKALDEMANs oppskrift på rask og effektiv slanking. Du spiser deg slank og frisk med den maten du er skapt for å spise.

HAN HAR SELV SLANKET SEG 65 kg – utelukkende ved å velge mat som maksimerer fettforbrenningen. Skaldeman opplevde som mange andre at vekten økte jevnt og trutt, og til slutt veide han over 145 kilo fordelt på en kropp på 1,75 meter.

I DAG VEIER HAN DET SAMME SOM han gjorde som 30-åring, men føler seg like ung og sprek som da han var 20! Når man har gjennomført en slik helserese, vet man hva man snakker om. I «**GI-NULL!**» deler han oppskriften sin med deg, enten du veier 10 eller 50 kilo for mye. Denne boken gir deg håndfaste råd, all den teorien du trenger og massevis av næringsberegnete oppskrifter. Resultatet blir en naturlig vektreduksjon ved hjelp av hormonelle metoder.

BOKEN INNEHOLDER:

- Opplegg og oppskrifter for deg som veier 50 kg for mye
- Opplegg og oppskrifter for deg som veier 25 kg for mye
- Opplegg og oppskrifter for deg som veier 10 kg for mye (eller for deg som bare vil ha en uslåelig oppskrift på god helse)

«Er du overvektig og har kaloritankegangen godt plantet i ryggmargen, gir denne boka deg en gylden sjanse til å tørre å bevege deg over på et kosthold som vil få deg til å slutte å tenke på kalorier for alltid. Resultatet er høyst sannsynlig vekttap, bedre helse, - og ikke minst: god mat på bordet.»

INGE LINDSETH, KLINISK ERNÆRINGSFYSIOLOG, 4M-KLINIKKEN, OSLO

Sten Sture Skaldeman: GI-NULL

Sten Sture Skaldeman

GI-NULL

Oppskrifter for en slankere kropp – uten sukker og stivelse

Maksimal fettforbrenning!

... av forfatteren som skrev «Spis deg ned i vekt» og gikk ned fra 140 til 80 kg

«**VI ER ALLE FORSKJELLIGE**, og derfor trenger vi forskjellige råd.» sier Skaldeman. «Uansett vekt og helsetilstand har jeg et opplegg for deg. Den trinnvise fremgangsmåten gjør at boken passer for alle.»

«**VI TAR EN LANG REKKE HELSEVALG** hver eneste dag.» fortsetter han. «En del av disse valgene virker hverdagslige, man kan være livsviktige. GI-Null! hjelper deg med å velge riktig. Hvor stor gevinsten blir, får du først vite senere.»

GI-Null! ER ET VALG – kanskje det viktigste valget du kan ta i ditt liv. Og du vil ikke angre, det vil gi deg velsmakende måltider på bordet og en kropp du kan være stolt av!

Boken anbefales ikke av sukkerindustrien!

ADVARSEL

Å slutte med sukker og varer som ligner sukker, åpner øynene dine og får deg til å endre livsstil – til det bedre!