

*Альфия*

*Как я  
стала  
стройной*

*Мемуары толстушки*

Альфия

**Как я стала стройной.  
Мемуары толстушки**

«Издательские решения»

**Альфия**

Как я стала стройной. Мемуары толстушки / Альфия —  
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-749209-0

Да, я не спору, чтобы сидеть на различных диетах, нужна сила воли. Еще  
какая СИЛА ВОЛИ. Человек привыкает ко всему. Но поверьте — оно того  
стоит. Так что дерзайте — все в ваших руках.

ISBN 978-5-44-749209-0

© Альфия  
© Издательские решения

# Как я стала стройной

## Мемуары толстушки

### Альфия

*Как я стала стройняжкой!!!*

*Это моя история*

© Альфия, 2016

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero



Давайте знакомиться!!! Меня зовут, Альфия, мне 35 лет. Сейчас мой вес составляет 60 килограмм.

Почему мне захотелось написать книгу, да то, что, каждый второй знакомый спрашивал, как мне это удалось добиться такого результата???

Да, книгу с рецептами вы так же можете приобрести.....

Мне очень нравится, как я сейчас выгляжу и больше не хочу возвращаться в прежнее, тучное тело. Конечно, да когда-то я была худышкой. ... Но, после первой беременности набрала 30 килограмм. И с грудничком на руках мне явно было некогда заниматься собой. Спустя год и три месяца появилась средняя дочка и спустя два года появилась младшая. Получается, что с постоянными беременностями я просто не успевала, да и наверно не хотела за собой ухаживать, потому что всю энергию отдавала детям.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.