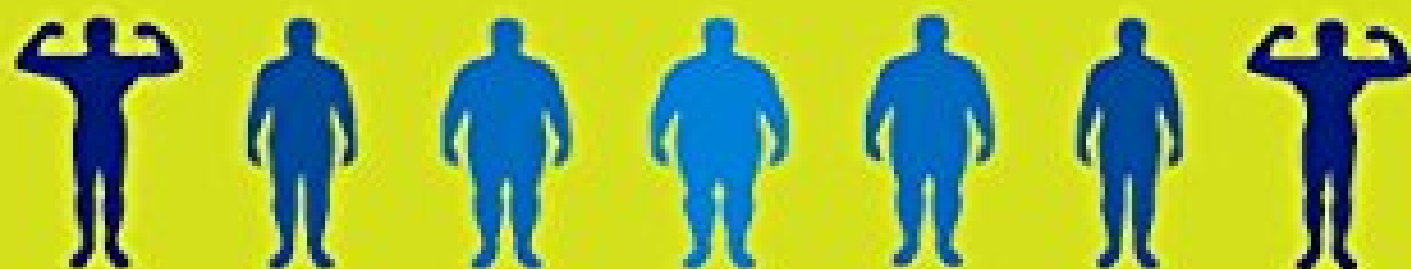


BEST-SELLER DO *THE NEW YORK TIMES*

GANHAR PARA PERDER

A LIÇÃO DE QUEM GANHOU 34KG DE
PROPÓSITO PARA DEPOIS EMAGRECER



DREW MANNING

com Brad Pierce

Resumo de Ganhar Para Perder

Com base no seu blog Fit2Fat2Fit, o personal trainer Drew Manning conta a história pessoal de quando decidiu sentir na pele o grande desafio dos seus alunos: perder peso. Fissurado por comidas e hábitos saudáveis, Manning sempre se manteve em forma e, por isso mesmo, não conseguia compreender profundamente as dificuldades enfrentadas pelos seus alunos acima do peso.

Foi assim que ele resolveu provar ao mundo que sempre é possível alcançar a boa forma. Ganhar para perder é mais do que um espetáculo ou um truque, é uma história inspiradora, além de uma prova de que qualquer um pode alcançar seus objetivos e - porque não?

- a felicidade.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)