



Hvad skal der til for at tabe sig?

Måske er maven vokset lidt i løbet af julen - og det er du træt af?

Hvis du vil have lidt troværdig viden om det at tabe sig, bør du læse, hvad motion-online.dk skriver om [vægttab](#). Men's fitness giver også en masse mere eller mindre veldokumenterede råd, der kan [fjerne bildækket fra maven](#).