

NEUERSCHEINUNG



Kurt Tepperwein **Nebenbei schlank**

Sich rundum wohl und gesund zu fühlen und dabei als netten Nebeneffekt auch noch die Pfunde purzeln zu lassen – zu schön, um wahr zu sein? Viele Diäten versprechen genau das. Nach kargen verzichtreichen Wochen sind die Pfunde jedoch fix wieder da. Der Jo-Jo-Effekt lässt grüßen. Ständiger Verzicht ist auf Dauer auch nicht lebenswert und durchzuhalten. Das einzig Wahre: eine langfristige Umstellung der Lebens- und Ernährungsgewohnheiten – und zwar so, dass diese maßgeschneidert ins Leben passen. Der Vorreiter der ganzheitlichen Lebensführung, Kurt Tepperwein, zeigt, wie wir Körper und Seele in Einklang bringen und beides dauerhaft vital und gesund erhalten. Und unser Übergewicht wird sich ganz nebenbei verabschieden.

12,90 [D] / 13,30 [A]
208 Seiten / broschiert
ISBN: 978-3-86470-121-4

Erscheinungstermin: 06. Dezember 2013

VLB-Warengruppe 461:
Ratgeber/Diät- und
Ernährungsratgeber

Vertrieb:
in Österreich über Mohr Morawa
in der Schweiz über Dessauer

Auf einen Blick

- anerkannter Fachmann
- zum Thema Ballast abwerfen nach neuesten Erkenntnissen
- kein Verzicht, kein Kalorienzählen
- einfach anzuwenden und wirksam



Kurt Tepperwein ist einer der Pioniere der ganzheitlichen Lebensphilosophie. Mit seinen Büchern und Selbsthilfeseminaren hat er bereits Tausenden Menschen geholfen, gesünder, ausgeglichener und glücklicher zu werden. Seine langjährigen Erkenntnisse überträgt er nun auf das Thema Körperbewusstsein und physische Gesundheit.

NEUERSCHEINUNG



12,90 [D] / 13,30 [A]
208 Seiten / broschiert
ISBN: 978-3-86470-121-4

Erscheinungstermin:
6. Dezember 2013

VERTRIEB

Am Eulenhof 14
95326 Kulmbach
Tel: 09221/9051-215
Fax: 09221/9051-4444
E-Mail: buecher@boersenmedien.de

Firmenstempel:

Kundennummer:

Bestelldatum:

Bestellzeichen:

Terminauftrag/Lieferung
eintreffend am:

Bestell- menge	ISBN	Titel	VK € [D]	VK € [A]
	978-3-86470-121-4	Nebenbei schlank	12,90	13,30

Alle bei der Auslieferung gespeicherten
Vorgaben zur Zahlungsart und zum
Versandweg haben Vorrang und werden
automatisch herangezogen.
Änderungen und Irrtum vorbehalten.

Die Preise entsprechen dem Stand vom
01.06.2013. Änderungen vorbehalten.
Verbindlich für diesen Auftrag sind die
Allgemeinen Geschäftsbedingungen der
Börsenmedien AG.