

Topfit mit Vitaminen

Die Vitamin-Revolution

Die persönliche Gesundheitsversicherung: Vitamine helfen, Jugendlichkeit und Leistungskraft zu erhalten. Basierend auf den neuesten Forschungsergebnissen zeigt dieser Ratgeber, wie Vitamine dabei helfen, Jugendlichkeit und Leistungskraft zu erhalten. Der Leser erfährt, was in unserer Nahrung überhaupt noch enthalten ist - und was aus der Apotheke ergänzt werden sollte. Wer den Körper mit Vitalstoffen versorgt, hält die Zellen jung und stärkt das Immunsystem, wird schnell leistungsfähiger und stressresistent. Langfristig lässt sich Erkrankungen wie Arterienverkalkung, Herzinfarkt und geistigem Abbau vorbeugen und das Krebsrisiko reduzieren. Und: Mit Hilfe von Vitaminen kann man souverän Leistungstiefs überspringen, bleibt fit und vital.

Basierend auf den neuesten Forschungsergebnissen zeigt dieser Ratgeber, wie Vitamine dabei helfen, Jugendlichkeit und Leistungskraft zu erhalten. Der Leser erfährt, was in unserer Nahrung überhaupt noch enthalten ist - und was aus der Apotheke ergänzt werden sollte. Wer den Körper mit Vitalstoffen versorgt, hält die Zellen jung und stärkt das Immunsystem, wird schnell leistungsfähiger und stressresistent. Langfristig lässt sich Erkrankungen wie Arterienverkalkung, Herzinfarkt und geistigem Abbau vorbeugen und das Krebsrisiko reduzieren. Und: Mit Hilfe von Vitaminen kann man souverän Leistungstiefs überspringen, bleibt fit und vital.



9,90 €

9,25 € (zzgl. MwSt.)

sofort versandfertig, Lieferzeit: 1-3 Werktage

Artikelnummer: 9783423343138

Medium: Buch

ISBN: 978-3-423-34313-8

Verlag: dtv Verlagsgesellschaft

Erscheinungstermin: 01.05.2006

Sprache(n): Deutsch

Auflage: 4. Auflage 2006

Produktform: Kartoniert

Gewicht: 310 g

Seiten: 160

Format (B x H): 151 x 211 mm

