



Skin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strahlend schöner Haut



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Skin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strahlend schöner Haut

Michaela Axt-Gadermann, Peter Axt

Skin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strahlend schöner Haut Michaela Axt-Gadermann, Peter Axt

 [Download Skin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strahle ...pdf](#)

 [Online lesen Skin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strah ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Skin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strahlend schöner Haut Michaela Axt-Gadermann, Peter Axt

138 Seiten

Kurzbeschreibung

Schönheitspflege von innen

Mango statt Maske, Papaya statt Peeling, Soja statt Salbe – eine gesunde und strahlende Haut kommt nicht aus der Tube, sondern beginnt von innen. Denn Hautalterung hat sehr viel mit Entzündungen unter der Haut zu tun – und gegen die können Sie etwas tun! Mit einer speziell auf den Hauttyp abgestimmten Ernährung beugen Sie den Alterungsprozessen vor oder verlangsamen diese in der Zukunft. Wussten Sie zum Beispiel, dass Tomatenmark und Möhren einen wunderbaren Sonnenschutz bieten und dass Trauben, Himbeeren und Erdnüsse entzündungshemmend wirken? Wenn Sie mit Genuss das Richtige essen, bleiben Sie länger gesund und faltenfrei. Garantiert!

- Kompetenter Rat und praktische Tipps für mehr Ausstrahlung und Attraktivität
- Bestseller-Autorenteam und renommierte Gesundheitsexperten Über den Autor und weitere Mitwirkende Prof. Dr. Michaela Axt-Gadermann ist Hautfachärztin, Sportmedizinerin und Professorin für Gesundheitsförderung an der Hochschule Coburg. Sie ist Autorin zahlreicher Fachartikel und Ratgeber zu Gesundheitsthemen, unter anderem der Bestseller "Vom Glück der Faulheit" und "Schlank mit Darm".

Prof. Dr. Peter Axt ist Gesundheitswissenschaftler und Autor/Co-Autor zahlreicher Fach- und Sachbücher sowie diverser Aufsätze in Fach- und Publikumszeitschriften. Er hält Vorträge und Seminare überwiegend zu den Themen Gesundheit und Prävention.

Download and Read Online Skin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strahlend schöner Haut Michaela Axt-Gadermann, Peter Axt #OWQD9Y8ACLH

Lesen Sie Skin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strahlend schöner Haut von Michaela Axt-Gadermann, Peter Axt für online ebookSkin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strahlend schöner Haut von Michaela Axt-Gadermann, Peter Axt Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Skin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strahlend schöner Haut von Michaela Axt-Gadermann, Peter Axt Bücher online zu lesen. Online Skin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strahlend schöner Haut von Michaela Axt-Gadermann, Peter Axt ebook PDF herunterladenSkin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strahlend schöner Haut von Michaela Axt-Gadermann, Peter Axt DocSkin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strahlend schöner Haut von Michaela Axt-Gadermann, Peter Axt MobipocketSkin-Food: Mit der richtigen Ernährung zu strahlend schöner Haut von Michaela Axt-Gadermann, Peter Axt EPub