

fit

FOR FUN

**SCHLANKTIPPS
IM CHECK**

**WELCHE HELFEN,
WELCHE NICHT**

**20 NEUE MODELLE
DER GROSSE
LAUFSCHUHTEST**

10x STARKER RÜCKEN

**DIE BESTEN THERAPIEN, DIE BESTE VORSORGE,
DIE BESTE SOFORTHILFE – PLUS: ZWEI WORKOUTS**

**BIER, ZIEGEN,
HEAVY METAL
DIE VERRÜCK-
TESTEN
YOGA-ARTEN**

8 BLITZ-REZEPTE

**ONE-POT-
MEAL MIT
PASTA**

**ALLZWECK-
WAFFE
KURZHANTEL:
WORKOUT, TIPPS,
PRODUKTE**

**GESUNDMACHER
HONIG**

**WIE GUT
IST SLOW
SEX?**



RUHE KRAFT MEER

Ob allein oder mit einer
Freundin: Kurz mal die Seele
baumeln zu lassen sorgt
für mehr Gelassenheit im Alltag



CONDITIONER
vegan aus 100%
reinem Aloe-
saft
von Maui Moisture,
ca. 9 €



**YOGA- UND
MEDITATIONSKISSEN**
von Anja Escherich
(Muladhara), ca. 79 €



LEGGINGS
aus extrem weichem
und elastischem
Baumwollstoff von
Lilikoï (Space),
ca. 79 €



NAMASTE-SHIRT
von Super Natural,
ca. 50 €



YOGAMATTE
schön bunt von La Vie
Bohème (Havana Hot
Yoga), ca. 119 €



SPRUCHREIF
von Super Natural
(Planet B), ca. 60 €



BEANIE
für kalte Tage,
von Barts
(James), ca. 20 €



TRINKFLASCHE
aus Glas von Doli
(Tropica), ca. 30 €



CHINO-HOSE
aus Biobaumwolle von
Armedangels (Bret),
ca. 90 €



LEICHTE JACKE
aus Polartec-Fleece von
Bergans (Hareid
Jacket), ca. 100 €



MATTENTASCHE
aus veganem Leder von
Matt&Nat (Gene Chili),
ca. 160 €

HERSTELLERNACHWEIS

A
Anja Escherich
www.anja-escherich.de
Armedangels
www.armedangels.de

B
Barts
www.barts.eu
Bergans
www.bergans.de
Braun
www.braun.de

C
Carner Barcelona
u. a. bei Essenza Nobile
und Belle Rebelle
Cartier
im Fachhandel
Clean
www.ausliebe
zumduft.de
Comme de Garçons
in Parfümerien

D
Decathlon
www.decathlon.de
Doli
www.doli-bottles.com

E
Escada
www.escada.com

G
Gymstick
www.gymstick.fi

H
Halawa Shop
www.halawa-shop.de

J
Jil Sander in autorisier-
ten Parfümerien und
Warenhäusern

L
L'Art du Bain
über: www.soukdunord.
com
Lalla
www.soukdunord.com
Lilikoï
www.lilikoï.de

M
Maison Kitsuné
www.maisonkitsune.fr
Matt&Nat
www.mattandnat.com
Maui Moisture
im dm Markt
Micallef
www.parfumsmicallef.com

N
Nivea www.nivea.de

O
Olfactive Studio
www.isisparfums.de

P
Philips www.philips.com
Prada www.prada.com

R
Rania J. Parfumeur
www.isisparfums.de

Reebok
www.reebok.com

S
Shiseido
www.shiseido.de
Skinicer
in Apotheken und
www.ocean-
pharma.de
Sport Tiedje
www.sport-tiedje.de
Super Natural
www.sn-super
natural.com

T
Tatonka
www.tatonka.de
Teresa Helbig
u. a. bei Essenza
Nobile und Belle
Rebelle
The Body Shop
www.thebody
shop.de
Tsirensiki
über: www.
nintaanzi.com

V
Vib-Technology
www.vib-
technology.com

W
Wilkinson
www.wilkinson.de

AB 08.11.2017 AM KIOSK

DIE NEUE FIT FOR FUN!



VORSCHAU HEFT 12/2017

ALLES EIWEISS!

Rundumpaket für Eiweißfreunde: wie man Eiweiß als Schlankmacher einsetzt, warum Muskeln zum Abnehmen so wichtig sind – und viele Rezepte!

WEG, DU SCHWEINEHUND!

Gerade kurz vor dem Winter fällt es uns schwer, uns zum Sport aufzuraffen. Wir lösen die Motivationsbremsen!

KAFFEETRENDS

Kaffee ist das Hype-Thema schlechthin. Wir stellen aktuelle Trends vor.

AUSSERDEM:

Fitnesskurse im Test, gesunde Füße beim Laufen, Ruderergometer, Weihnachtsgeschenke für Sportler, fitte Plätzchen, Superfood Gojibeere ...



1. Matten-
tasche von
Matt&Nat (Pla-
net), ca. 160 €
2. T-Shirt von
Super Natural,
(Gene Chili)
ca. 60 €

HINWEIS DER REDAKTION

Die Recherchereisen für die aktuelle Ausgabe wurden zum Teil unterstützt von Veranstaltern, Fremdenverkehrsämtern, Hotels, Fluggesellschaften und/oder Tourismusagenturen.