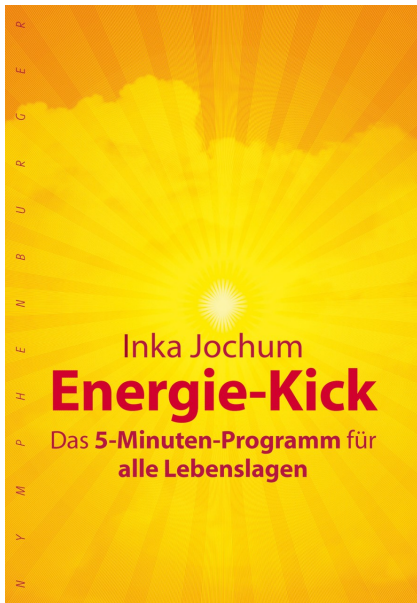


Energie-Kick

Das 5-Minuten-Programm für alle
Lebenslagen

Gebundene Ausgabe



10,00 €

inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)

189x132x10mm (LxBxH)

1. Auflage 2017

Seiten: 64

EAN: 9783485028820

Art.-Nr.: 32882

KOSMOS

Produktinformationen "Energie-Kick"

Im Nu wieder fit Gut gelaunt und kraftvoll durch den Tag mit fünf einfachen, aber ungeheuer wirksamen Übungen, die sich im Stehen und auf kleinstem Raum sowie jederzeit und an jedem Ort durchführen lassen. Ob am Morgen gleich nach dem Aufstehen, am Arbeitsplatz, wenn plötzlich gar nichts mehr geht, oder in den Pausen während einer langen Autofahrt: In Minutenschnelle und mühelos werden leere Batterien wieder aufgetankt. Wer mithilfe dieses simplen Programms die eigene Bequemlichkeit überwindet, wird schon nach kurzer Zeit spüren: Mehr Lebensschwung verleiht mehr Lebensfreude. - Macht den Kopf frei - Fördert Flexibilität und Beweglichkeit - Stärkt Muskulatur und Gleichgewicht

The logo for KOSMOS, consisting of the word "KOSMOS" in white, uppercase, sans-serif font, oriented vertically within a dark blue rectangular background.