

Werde unser Covermodell! S. 56

Women's Health

Jetzt noch besser

**SCHLANK
MIT
GENUSS**

Deftige Küche mit
Abnehm-Garantie

Erforscht:

Was wirklich
gegen
PMS hilft

Mit
Caro
Daur
zum

Super-Bauch

XXL-TEST:

Die besten
Online-
Studios und
Fitness-Apps

**GENIALE
BOOSTER FÜRS
IMMUNSYSTEM**

**Raus aus der
Kalorienfalle**
Welche Tricks
sofort helfen

**EXKLUSIV: Mein effektives Core-Workout bringt
dich in Bestform. PLUS: Tipps für ein happy Mindset**

03/2022

Deutschland €3,90

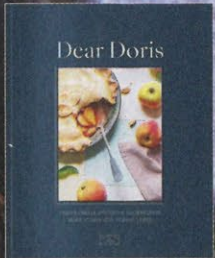
Österreich €4,50 Schweiz sfr 6,20

BeNeLux €4,60 Spanien €5,20 Italien €5,20



News & Trends

NEUIGKEITEN UND PRODUKTE, DIE BEGEISTERN



NEU INTERPRETIERT

Die britische Designerin Sophia Lewis hat die traditionellen Rezepte ihrer walisischen Granny vegan, zucker- und teils getreidefrei neu interpretiert. Das ist schon beim Durchblättern ein Hochgenuss.

DEAR DORIS von ZS VERLAG, 29 Euro