

Flow flow flow

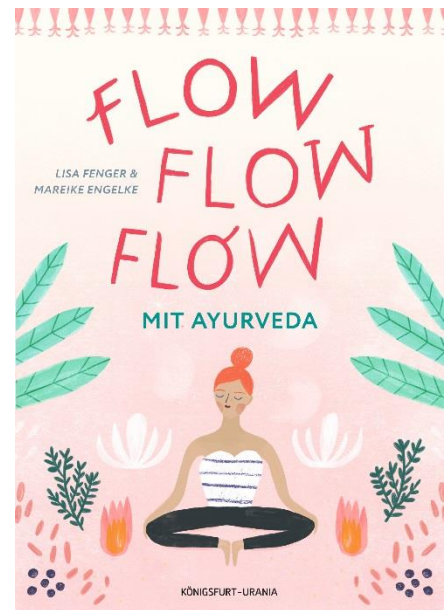
mit Ayurveda

Lisa Fenger/Mareike Engelke

144 Seiten, Flexcover

ISBN: 978-3-86826-186-8

ET März 2020



So wurde Ayurveda noch nie gezeigt! Lisa Fenger und Mareike Engelke haben etwas Neues geschaffen: Ayurveda verständlich erklärt und zauberhaft illustriert, zum sofortigen Nachmachen. Drei Identifikationsfiguren – Vicky, Pia und Karla, passend zu den drei Doshas – führen durch das Buch und helfen den Lesern, sich im großen Wissensgebiet des Ayurveda zurechtzufinden. Ein unterhaltsamer Dosha-Test macht es möglich, sich schnell zu orientieren und die besten Tipps für sich selbst zu finden. Mit Humor, praktischen Ratschlägen und handfesten Tipps wird erklärt, wie man jetzt sofort Ayurveda in sein Leben integrieren, trotz aller Hektik die Batterien immer wieder aufladen und das Leben mit mehr Freude und Leichtigkeit meistern kann. Ohne Vorkenntnisse, denn es geht sofort los!

Gern schicke ich ein kostenloses Rezensionsexemplar zu:

Dr. Jennifer Lorenzen-Peth, presse@koenigsfurt-urania.com, 04334 1822007