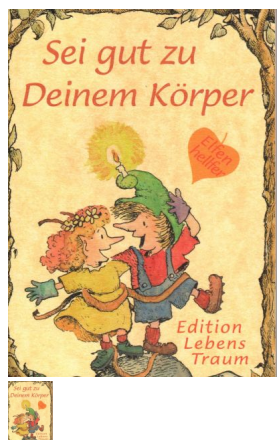


Elfenhelfer – Sei gut zu deinem Körper von R. W. Alley



Elfenhelfer – Sei gut zu Deinem Körper R. W. Alley ISBN: 978-3-85466-006-4 96 Seiten broschiert Edition Lebens Traum Silberschnur Verlag

Bewertung: Noch nicht bewertet

Preis:

Preis: 5,90 €

MwSt.-Betrag: 0,39 €

[Fragen zum Produkt?](#)

Hersteller: [R. W. Alley](#)

Beschreibung

Elfenhelfer – Sei gut zu Deinem Körper von R. W. Alley

Als eine wahre Quelle gesunder, stimmiger Körper-Weisheit ist „Sei gut zu Deinem Körper“ eine ganz und gar einzigartige, ganzheitliche Behandlung von Fitness als dem äußeren Ausdruck innerer Freude. Die Art und Weise wie wir das Leben körperlich erfahren, kann nicht von unserer spirituellen und psychischen Wirklichkeit getrennt werden. Wie wir uns in unserem Körper fühlen, hat seinen Einfluss auf unser ganzes Dasein, und umgekehrt.

Der Autor dieses Buchs, Steve Ilg, ist Fitness-Trainer. Er inspiriert und motiviert uns, und motiviert uns zu Kraft-Training. Kinästhesie, herzstärkenden Aktivitäten, Ernährung und Meditation, die Dein Leben fördern, steigern und erweitern wird.

R. W. Alley, der Illustrator der Elfenhelfer-Buchreihe, illustriert und schreibt Kinderbücher. Seit 1997 ist er Illustrator des Paddington Bärs, der weltweit beliebt und bekannt ist. Mit seiner Frau, seiner Tochter und seinem Sohn lebt er in Barrington, Rhode Island, USA.

Bitte beachten Sie bei den Versandkosten, Büchersendungen sind nicht versichert und können bis 4 - 14 Werktage dauern!!

Lieferhinweis: In der Regel wird innerhalb 1- 3 Tagen geliefert, da wir immer Ware auf Lager haben, warten wir jedoch selbst manchmal auf Nachlieferungen und somit geben wir vorsichtshalber eine längere Lieferzeit an.

Wir bitten um Ihr Verständnis!

Lieferung erfolgt innerhalb 5 – 14 Werktage nach Zahlungseingang!