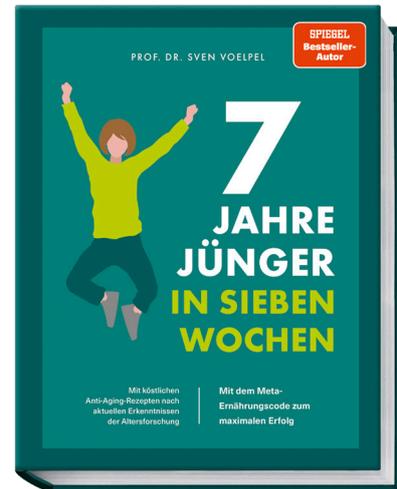


Presstext

7 JAHRE JÜNGER IN SIEBEN WOCHEN

Mit köstlichen Anti-Aging-Rezepten nach aktuellen Erkenntnissen der Altersforschung.
Mit dem Meta-Ernährungscode zum maximalen Erfolg.



Der Meta-Ernährungscode: Drehen Sie Ihre Lebensuhr um 7 Jahre zurück!

Kaum eine Fragestellung in der Wissenschaft und Forschung konnte zuletzt eine ähnlich rasante Entwicklung verzeichnen wie die Suche nach den Faktoren gegen das Altern und für ein längeres Leben. Altersforscher und Bestsellerautor Prof. Sven Voelpel hat in diesem Buch erstmalig die Ergebnisse unterschiedlicher Studien zusammengeführt und eine einzigartige Methode mit dem Schwerpunkt auf Ernährung entwickelt, mit der die Lebenserwartung deutlich verlängert werden kann. Denn es ist wissenschaftlich validierbar: Eine „Verjüngung“ von sieben Jahren in nur sieben Wochen ist möglich! Vorausgesetzt, dass Sie nicht ohnehin schon immer alles richtig gemacht haben.

Der Meta-Ernährungscode von Prof. Voelpel ist die Kombination der bisher gesundheitlich wirksamsten, in Studien belegten neun Ernährungskonzepte zu einer einzigen neuen Ernährungsform, die es möglich macht, den Alterungsprozess positiv zu beeinflussen.

Für den erstaunlichen Erfolg sind mehrere Faktoren notwendig. Mit dem Meta-Ernährungscode lässt sich ein Maximum an Wirkung erzielen – besonders effektiv im Zusammenspiel mit einfachen Atemübungen, Entspannung, leichter Bewegung, gutem Schlaf, sozialen Kontakten und Dankbarkeitsübungen.

Die gute Nachricht ist: Dabei geht es nicht um Askese oder Verzicht, sondern um eine alltagstaugliche, gesunde Ernährung voller Genuss.

Bibliografische Daten

ISBN 978-3-95453-303-9, 28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A),
192 Seiten, Format 19 × 24 cm, 85 Fotos, Hardcover
Text: Prof. Dr. Sven Voelpel, Rezepte: Bettina Matthaei,
Food-Fotografie: Jan-Peter Westermann,
Erscheint am 17. November 2023



Text zur Veröffentlichung freigegeben. Cover-Daten und Presstext zum Download unter www.bjvv.de. Bilder stellen wir gerne zur Verfügung.

Pressekontakt: Lena Vaßen, lv@bjvv.de, 02103 90788-24

**BECKER
JOEST
VOLK
VERLAG**