

Mediengruppe KLAMBT
BEST SELLER

Nr. 29 10.7.2019 1,49€ Deutschland



- 1,65 € Österreich • 2,60 CHF Schweiz
- BeNeLux 1,80 € • Dänemark 22,30 DKK
- Italien/Frankreich/Spainien 2,00 €
- Kan. Inseln 2,20 € • Griechenland 2,40 €
- Portugal (cont.) 2,20 € • Slow. 1,90 €
- Ungarn Ft 695

Dieser Sport heilt
Diabetes, Asthma,
Bluthochdruck
 S. 38-39 **Medizin**
 aktuell

Glücklich steht mir gut!

16 Seiten
Rezepte-
EXTRA

Lea

Das Leckerste aus
Italiens Küche S. 54-69



Wenn Liebe zum Albtraum wird
 Wie ein Stalker Annas Leben zerstörte S. 72-73

Upgrade-Tricks der Reise-Profis
 1.-Klasse-Flug, Zimmer mit Meerblick S. 16

5 Kilo weg mit

SOMMER-

Low-Carb

S. 28-29

Plus: Abnehm-Turbos vom Wochenmarkt

Sonnige
Zeiten S. 30-33
S. 78-79



35 Happy-Trends
für draußen

Achtung, Einbrecher! S. 27
 Clevere Strategien,
 die Ihr Zuhause schützen



Du bist schön
Bademode
 mit Schlank-Effekt

Anti-Stress-Tipps
 Urlaubs-Erholung
 vom ersten Tag an S. 52-53

