

Erkrankungen und mehr sein.
Wie Sie sich schützen können, schreibt Ann Louise Gittleman im Buch „Warum Ihr Handy nicht Ihr Wecker sein sollte“, *Goldmann*, € 9,30.

JA, BITTE

Die Natur hat in puncto **Anti-Aging** vorgesorgt. Der Saft der **Aloe vera** wird seit 2.000 Jahren als Jungbrunnen genutzt. Die **KUMÄRI Aloe Vera Relief Lotion** schützt mit hochkonzentriertem Pflanzensaft vor Hautalterung. € 24,-, www.kumari.biz



gesund

AKTIV. SCHLANK. FIT. AUSGEGLICHEN



STRAHLENFREI

SCHUTZ VOR ELEKTROSMOG

Ob Handys unserer Gesundheit wirklich schaden, ist noch nicht endgültig geklärt. Fest steht aber, dass unser körpereigenes **elektromagnetisches Feld** ständig mit Strahlung von Elektrogeräten in Berührung kommt. Das kann Ursache für Schlaflosigkeit, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und mehr sein. Wie Sie sich schützen können, schreibt Ann Louise Gittleman im Buch „Warum Ihr Handy nicht Ihr Wecker sein sollte“, Goldmann, € 9,30.



MARATHON AUF MALLORCA JETZT GEWINNEN.

Wenn am 16. Oktober der Startgong für den TUI Marathon auf Mallorca (www.tui-marathon.com) ertönt, sind zwei WOMAN-Leserinnen mit am Start. Gewinnen Sie Vorbereitung (Laktattest, Training für 10, 21 oder 42 km) sowie Flug und Unterkunft (14.-17. 10.). Eine SMS mit „Marathon“ an 0900 700 544 genügt.

€ 0,70/SMS. Einsendeschluss: 21. Juli 2011

FOTOS: PHOTOPOOL, DANAPRESS, THINSTOCK/VEK

JA, BITTE

Die Natur hat in puncto **Anti-Aging** vorgesorgt. Der Saft der **Aloe vera** wird seit 2.000 Jahren als Jungbrunnen genutzt. Die **KUMÄRI Aloe Vera Relief Lotion** schützt mit hochkonzentriertem Pflanzensaft vor Hautalterung. € 24,-, www.kumari.biz



GOODIES BEIM SPORT

Verbinden Sie Bewegung mit Wohlfühlen. Warum muss die Laufrunde zuhause enden, wenn ein Besuch im Day Spa viel schöner ist? Außerdem darf man sich für die Leistung, die man täglich bringt, ruhig auch einmal **belohnen**. Das Wiener Hotel Sacher (www.sacher.com) lockt mit Laufroutenkarte und anschließendem Massageangebot.

TOPFIT. Beyoncé Knowles will amerikanische Jugendliche zu mehr Bewegung anspornen.



STAR-TIPP

Bewegung ist für R&B-Queen **Beyoncé Knowles**, 29, ein Lebenselixier. Darum unterstützt sie die Gesundheitskampagne „Let's Move“ von Präsidentengattin Michelle Obama, die Jugendliche „bewegen“ will. Dafür hat sie sogar ihren Song „Get Me Bodied“ in **Move Your Body** umbenannt. Das Video dazu mit sportlichen Hip-Hop- und Latin-Moves zum Nachtanzen gibt es auf www.youtube.com/watch?v=mYP4MgxDV2U

woman

• P.b. GZ 02Z032151 M Verlagspostamt 3432 Tulln •



»MEIN KIND WAR IN DER
BABYKLAPPE
Das **Outing** einer Mutter

Monacos
PRINZESSIN
Was kostete ihr Gesicht?

FITNESS..
IRRTÜMER
Das hilft wirklich!

Köstlich!
PASTA & RISOTTO
SIMPLE REZEPTE

Olivia
Wilde
im Beach-
Feeling

**IHR
GREEN
WOMAN**
ALS BEILAGE

ENDLICH SOMMER!

- Miami-Style • Gucci-Look • Sommerschmuck • Blumenmuster
- Weiß • Beach-Beauty – alles, was das Leben heißer macht!