

## Verlagsvertretungen:

**HESSEN / RHEINLAND-PFALZ / SAARLAND / LUXEMBOURG**

**Margo Bohnenkamp**  
Klinkerstr. 56, D-66663 MERZIG  
Tel.: +49 (0) 68 61 / 79 16 30  
Fax: +49 (0) 68 61 / 79 16 32  
info@margo-bohnenkamp.de

**BADEN-WÜRTTEMBERG**

**Elchinger Bücherservice**  
**Corinne Pfitzer**  
Köhlerberg 5  
89275 Elchingen  
Tel. +49 (0) 7308 / 92 28 16  
Fax +49 (0) 7308 / 92 28 17  
info@elch-buecherservice.de  
corinne.pfitzer@t-online.de

**NIEDERSACHSEN / HAMBURG / BREMEN / SCHLESWIG-HOLSTEIN**

**Harald Jösten • Rainer Röhl**  
Verlagsvertretungen  
Bahnenfelder Kirchenweg 51a  
22761 Hamburg  
Tel.: +49 (0) 40 / 439 15 08  
Mobil: +49 (0) 171 / 261 95 31  
Fax: +49 (0) 40 / 439 45 15  
roell-hamburg@t-online.de

**Dolles Vertriebsteam**

**Michael Dolles, Elke Hermann, Katja Neugirg, Petra Uffinger**  
bestellung@dolles-vertriebsteam.de

**Michael Dolles**

michael.dolles@dolles-vertriebsteam.de  
Tel. +49 (0) 941 / 586 13 53  
Fax +49 (0) 941 / 586 13 55

**Elke Hermann**

elke.herrmann@dolles-vertriebsteam.de  
Tel: +49 (0) 8379 / 72 86 28  
Fax +49 (0) 8379 / 72 87 43

**Petra Uffinger**

petra.uffinger@dolles-vertriebsteam.de  
Tel. +49 (0) 941 / 586 13 53  
Fax +49 (0) 941 / 586 13 55

**Katja Neugirg**

bestellung@dolles-vertriebsteam.de  
Tel.: +49 (0) 9 41 / 586 13 53  
Fax: +49 (0) 9 41 / 586 13 55

**NORDRHEIN-WESTFALEN**

**Handelsvertretung H. Lindemann**  
An der Fahrinne 46  
26553 Dornum  
Tel.: +49 (0) 49 33 / 99 28 19-6  
Fax: +49 (0) 49 33 / 87 88 35-7  
Mobil: +49 (0) 173 / 7 26 35 26  
agentur.lindemann@t-online.de

**SCHWEIZ**

**Markus Vonarburg**  
AVA Verlagsvertretungen  
Centralstrasse 16  
CH-8910 Affoltern am Albis  
Tel.: +41 / 44 762 42 09  
Fax +41 / 44 762 42 10  
m.vonarburg@ava.ch

**ÖSTERREICH**

**Mario Seiler**  
Verlagsvertretung  
c/o Höller  
Hauptstr. 111  
A-8141 Premstätten  
Tel.: +43 / 31 36 2 00 06  
Fax: +43 / 31 36 2 00 06 10  
verlagsvertretung@hoeller.at

**Günther Lintschinger**

Auf der Sonnenwiese 1b,  
A-8600 BRUCK A.D. MUR  
Tel.: +43 / 66 45 30 96 16  
Fax: +43 / 38 62 52 41 2  
lintschingerbruck@a1.net

Spirituelle Lebenshilfe und Wegbegleitung • Yoga •  
Meditation • Mystik • Neues Denken • Ganzheitliche Gesundheit •  
Transpersonale Psychologie

# VIA NOVA

## Herbst 2018



### Barsortimente:

Barsortiment Koch, Neff & Volckmar GmbH  
D-70565 STUTTGART

Barsortiment Koch, Neff & Volckmar GmbH  
D-50769 KÖLN

Barsortiment Georg Lingenbrink GmbH & Co. KG  
D-22763 HAMBURG

Barsortiment Umbreit  
D-74321 BIETIGHEIM-BISSINGEN

Editionsdistribution EDIS GmbH  
D-82054 SAUERLACH

Barsortiment Könemann Vertriebs GmbH  
D-58097 HAGEN

NLG-Buchservice  
D-86971 PEITING

Spezial Barsortiment Artha  
D-87466 HASLACH

### Auslieferungen:

Deutschland:  
Verlag Via Nova GmbH  
Alte Landstr.12, D-36100 PETERSBERG

Brockhaus / Commission GmbH  
Kreidlerstraße 9, D-70806 KORNWESTHEIM  
Tel.: 0 71 54 / 13 27 - 21 · Fax: 0 71 54 / 13 27 - 13  
vianova@brocom.de

Schweiz:  
AVA Verlagsauslieferung AG, Centralweg 16  
CH-8910 Affoltern am Albis  
Tel.: +41 / 44 7 62 42 00 · Fax: +41 / 44 7 62 42 10  
avainfo@ava.ch

Österreich:  
Verlagsauslieferungen Dr. Franz Hain  
Dr. Otto-Neurath-Gasse 5, A-1220 Wien  
Tel.: +43 / 12 82 65 65 77 · Fax: +43 / 12 82 52 82  
bestell@hain.at

Preisänderungen vorbehalten.  
Für die aktuellen Schweizer Preise konsultieren Sie bitte die Datenbank unserer Auslieferung.  
Gestaltung: Güter Punkt, München, Titelbild: © Wävebreakmedia / thinkstock

Für den Bezug einer größeren Menge eines Titels an einen Endabnehmer gewähren wir folgende Mengenpreise:

Ab 10 Exemplare: 4% • Ab 20 Exemplare: 6% • Ab 50 Exemplare: 10% • Ab 100 Exemplare: 14% • Ab 200 Exemplare: 16% • Ab 500 Exemplare: Preis auf Anfrage

Vertrieb & Beratung

Alexander Herrmann

Eversbuschstr. 40 a, 80999 München  
Tel.: 089/38 38 06 90, Fax: 089/3 83 80 69 10

a.herrmann@vertriebundberatung.de  
www.vertriebundberatung.de

- Die Programmvierfalt von 12 Verlagen
- Eine Lieferung (Ausnahme Hans-Nietsch: Prolit)
- Eine Rechnung (Ausnahme Hans-Nietsch: Prolit)

**AURORA**  
VERTRIEBSKOOPERATION

*Mehr vom Leben!*

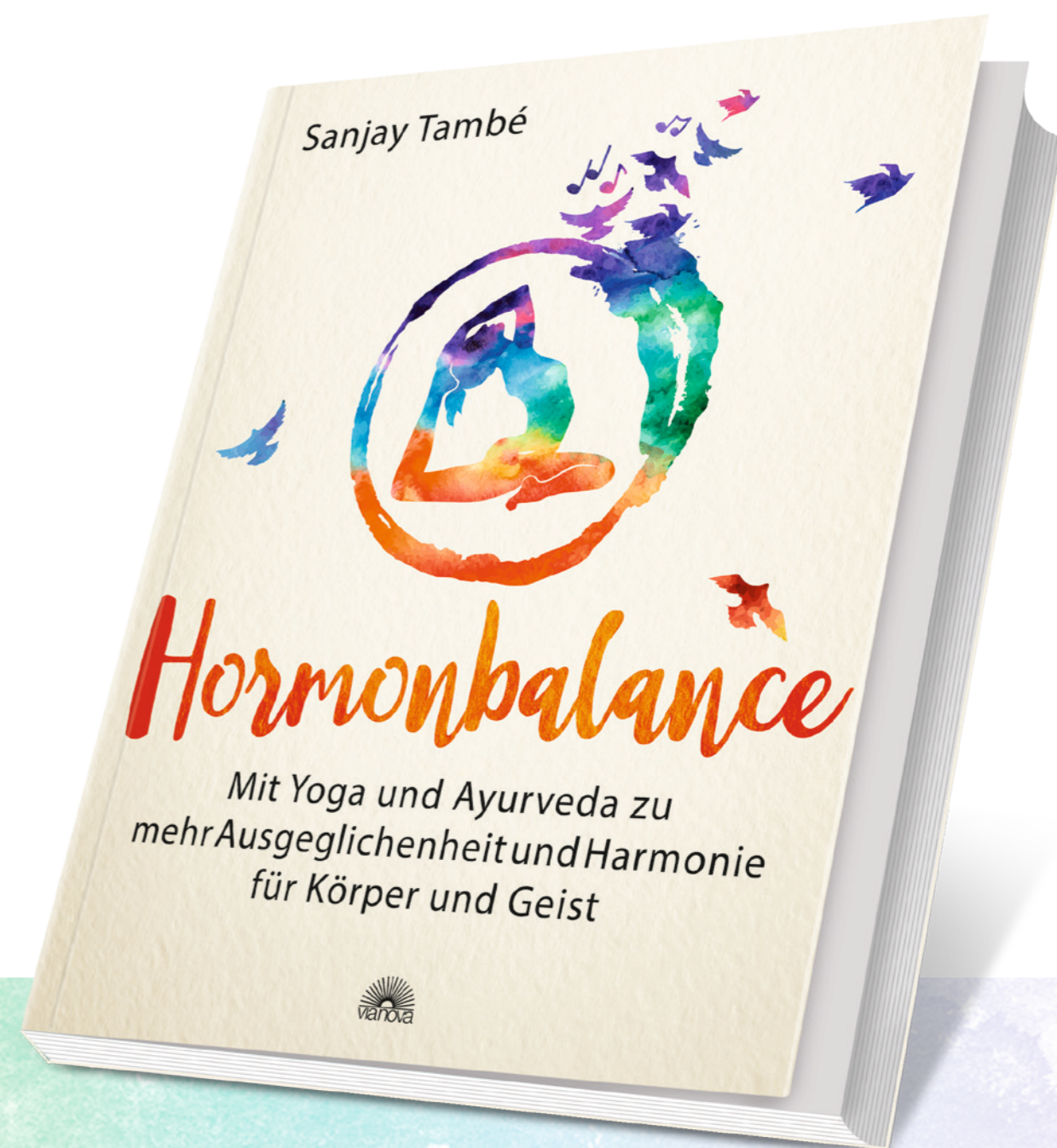
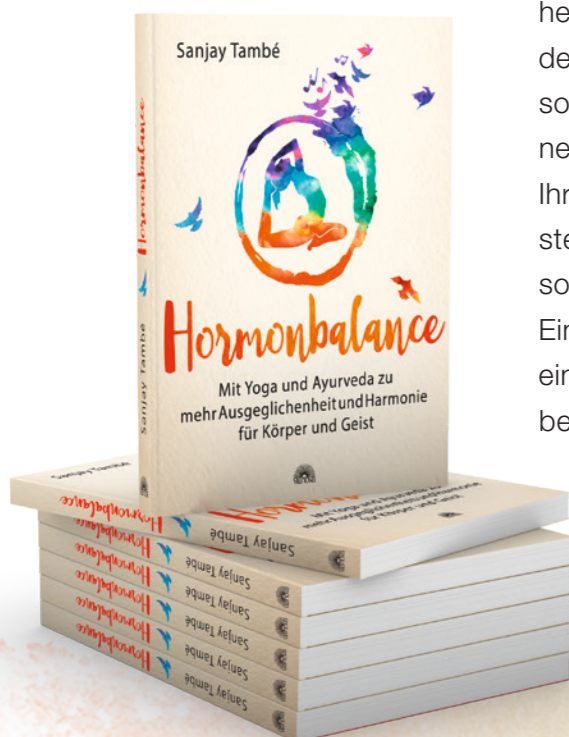


inkl. DVD-Programm



# Mit Yoga und Ayurveda natürlich das hormonelle Gleichgewicht finden – Vitalität, Gesundheit und Lebensenergie für Mann & Frau

In diesem Buch wurde umfassendes und facettenreiches Wissen aus dem Yoga und Ayurveda zusammengetragen, um zu zeigen, wie eine gesunde hormonelle Balance auch in stressigen Zeiten wie heute auf ganz natürliche Weise erhalten und wiederhergestellt werden kann. Mit den leicht anwendbaren und wirkungsvollen Übungen sowie praktischen Tipps – erstmals auch explizit für Männer! – können Sie so nachhaltig für ein gesundes Hormonsystem sorgen und Ihre Vitalität und Leistungsfähigkeit bis ins hohe Alter erhalten und steigern. Durch die Aktivierung der körpereigenen Kräfte und Ressourcen können künstliche Hormonbehandlungen unnötig werden. Ein zeitgemäßer Ratgeber für jeden, der um die große Bedeutung eines natürlichen hormonellen Gleichgewichts für Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensfreude weiß.



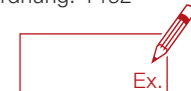
**SANJAY TAMBÉ** ist in der traditionellen vedischen Kultur in Indien aufgewachsen. Seine Kindheit verbrachte er im Gesundheitszentrum seines Vaters, Dr. Shri Balaji També.

Er studierte Wirtschaftsinformatik und Management in Indien und München und sammelte langjährige Berufserfahrung in der Restrukturierung des Personalwesens bei internationalen deutsch-indischen Unternehmen. Früh begann er, die naturnahe, yogische Lebensart in einen ganzheitlichen Lebensstil zu adaptieren, die auf jedem Kontinent dieser Erde seine Gültigkeit hat.

Das Anliegen des Autors ist es, bewusstmachen, wie die Zusammenhänge zwischen Hormonen, Yoga und Ernährung und deren Balance nachhaltig positiv auf unsere Gesundheit wirken und dabei wieder den Lebensgenuss ermöglichen.

- ⊙ Das Buch vermittelt zum hochaktuellen Thema der hormonellen Gesundheit wertvolles Wissen aus Yoga und Ayurveda.
- ⊙ Informativ, lehrreich, praxisorientiert mit konkreten Anleitungen, Ernährungstipps und speziellen Yogaübungen
- ⊙ Erstmals auch im Fokus die große Bedeutung des hormonellen Gleichgewichts für Männer

**SANJAY TAMBÉ**  
**HORMONBALANCE**  
 Mit Yoga und Ayurveda zu mehr Ausgeglichenheit und Harmonie für Körper und Geist  
 .....  
 Klappenbroschur, ca. 232 Seiten,  
 Format: 20,0 x 25,0 cm  
 .....  
 ISBN 978-3-86616-447-5  
 € 24,95 (D) / € 25,70 (A)  
 .....  
 Auslieferung: Dezember 2018  
 Warengruppenzuordnung: 1462





# Die Angst vor dem Tod verlieren – neues Leben gewinnen. Ein Lesebuch für Kinder und Eltern

»**N**ein, du brauchst wirklich keine Angst vor dem Tod zu haben, denn es gibt ein Leben danach!« »Wirklich?« »Ja, wirklich!«  
Wäre es nicht wunderbar, wir hätten eine tiefgefühlte Gewissheit, dass es weitergeht nach dem irdischen Sein, und könnten dieses Gefühl auch unseren Kindern vermitteln? Das ist das große Anliegen dieses einzigartigen Lesebuchs von Dr. Charbonier, der jahrzehntelang das Phänomen der Nahtoderfahrungen erforscht hat und seine wertvollen Erkenntnisse nun auch an junge Menschen weitergeben möchte: Sterben und Tod sind nur Übergänge in eine neue Seinsform. Sehr einfühlsam, leicht verständlich, informativ und unterhaltsam zeigt dieses Buch, wie unsere Kinder (aber auch wir als Erwachsene) eine angstfreie Sicht auf den Tod und ein grundlegend neues Verständnis vom Leben erlangen können.

Bereits erschienen:



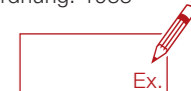
€ 14,95 (D)  
978-3-86616-353-9



**DR. JEAN-JACQUES CHARBONIER** ist seit mehr als fünfundzwanzig Jahren Anästhesist und Notfallmediziner. Er ist Mitglied der Société Francaise de Réanimation, ist Autor mehrerer Bücher über veränderte Bewusstseinszustände und Nahtoderfahrungen. Durch seine Studien erlangte er im Verlauf der Jahre die Gewissheit, dass das Leben im Augenblick des Todes nicht endet, sondern sich in einer anderen Dimension fortsetzt, zu der der Zugang auch jederzeit möglich ist.

- ◉ Ein einzigartiges Lesebuch, das Kindern und Jugendlichen eine tief beruhigende Gewissheit über ein Leben nach dem Tod vermittelt
- ◉ Liebevoll und ehrlich vermittelt der Arzt und Wissenschaftler Dr. Charbonier sein gewonnenes Wissen über ein »Leben danach«.
- ◉ Für Eltern, die sich behutsam mit ihren Kindern diesem sensiblen und schwierigen Thema annähern möchten

**DR. JEAN-JACQUES CHARBONIER**  
**WENN DEIN KIND**  
**ÜBER DEN TOD SPRECHEN WILL**  
 Wie wir Kindern Trauer und Abschied nehmen erklären  
 .....  
 Klappenbroschur, ca. 144 Seiten,  
 Format: 14,5 x 20,5 cm  
 .....  
 € 14,95 (D) / € 15,40 (A)  
 ISBN 978-3-86616-448-2  
 .....  
 Auslieferung: Oktober 2018  
 Warengruppenzuordnung: 1933





# Ein Pfad zu wahrhaftiger Liebe und glücklicher Partnerschaft

Nirgendwo sonst können wir uns intensiver erfahren und erkennen als in unseren Partnerschaften. Das größte Geschenk, das wir uns dabei machen können, ist es, überall wo Schwierigkeiten, Schmerz oder Kampf bestehen, unsere Projektionen zu entlarven und Bewusstheit hinzubringen. Chuck Spezzano, der berühmte Weisheitslehrer, widmet sich in diesem Buch dem Thema der glücklichen Partnerschaft mit all seiner Leidenschaft, seinem tiefen Wissen und seiner über 40-jährigen therapeutischen Erfahrung. Sein großes Herzensanliegen ist es, uns zu vermitteln, wie »Beziehungen zu einem Pfad des Aufstiegs in Liebe, Integrität, Ganzheit und Freude werden können«. Mit diesem neuen Meisterwerk kommen wir diesem herrlichen Ziel ein wesentliches Stück näher.



Bereits erschienen:



€ 19,95 (D)  
ISBN 978-3-86616-357-7



€ 19,95 (D)  
ISBN 978-3-86616-329-4

Der Bestsellerautor **CHUCK SPEZZANO** ist Doktor der Psychologie und als Referent, Seminarleiter, spiritueller Wegbegleiter und visionärer Lebenslehrer international bekannt. Gemeinsam mit seiner Frau Lency hat er die bahnbrechende Methode der »Psychology of Vision« entwickelt und arbeitet seit nunmehr vierzig Jahren als Berater und Therapeut sehr erfolgreich vor allem mit Menschen in Europa, Nordamerika und Asien.



- ⊙ Viele tiefe Inspirationen, Reflektionen und wegweisende Botschaften für eine bewusste, heilsame und glückliche Partnerschaft
- ⊙ Wie wir in all unseren Verstrickungen Freiheit finden und Projektionen entlarven
- ⊙ Wie Partnerschaften zu einem Pfad des gemeinsamen spirituellen Wachstums und seelischer Heilung werden können

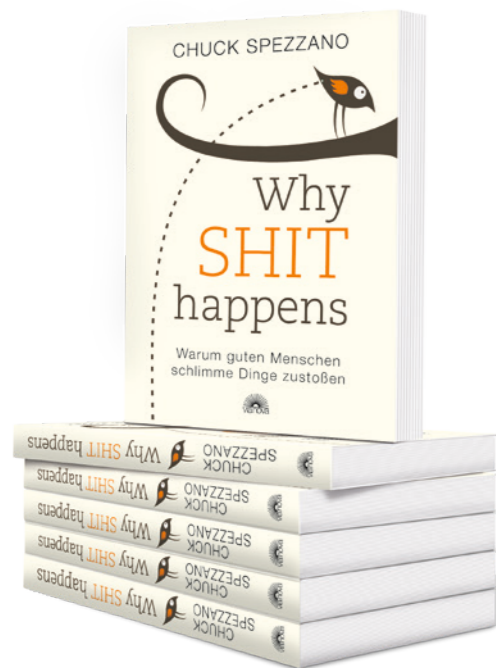
CHUCK SPEZZANO  
**WILLST DU RECHT HABEN  
ODER GLÜCKLICH SEIN**  
So gelingt eine harmonische Partnerschaft  
.....  
Klappenbroschur, ca. 384 Seiten  
Format: 15,5 x 22 cm  
.....  
€ 22,95 (D) / € 23,60 (A)  
ISBN 978-3-86616-449-9  
.....  
Auslieferung: September 2018  
Warengruppenzuordnung: 1481





# Warum nichts umsonst geschieht und wir jederzeit davon profitieren können!

**G**anz gleich, was uns im Leben begegnet, welche Hürden sich in unserem persönlichen Entwicklungsprozess, in unseren Beziehungen oder unserem Beruf zeigen, es gibt nur einen Weg, der wirklich heilt, und der heißt: vollständige Selbstverantwortung. Welche Prinzipien und Dynamiken im menschlichen Bewusstsein dabei wirken und wie wir lernen, die Rolle der Selbstverantwortung in seiner ganzen Dimension zu verstehen und unmittelbar anzuwenden, das erfahren wir in diesem neuen Meisterwerk in einzigartiger Klarheit. »Nach 45 Jahren therapeutischer und beratender Tätigkeit fühlte ich mich jetzt erst bereit, dieses Buch zu schreiben«, sagt der weltberühmte Weisheitslehrer Chuck Spezzano und gibt uns damit einen Begriff von der fundamentalen Bedeutung des Themas für Bewusstwerdung und Transformation.



Bereits erschienen:

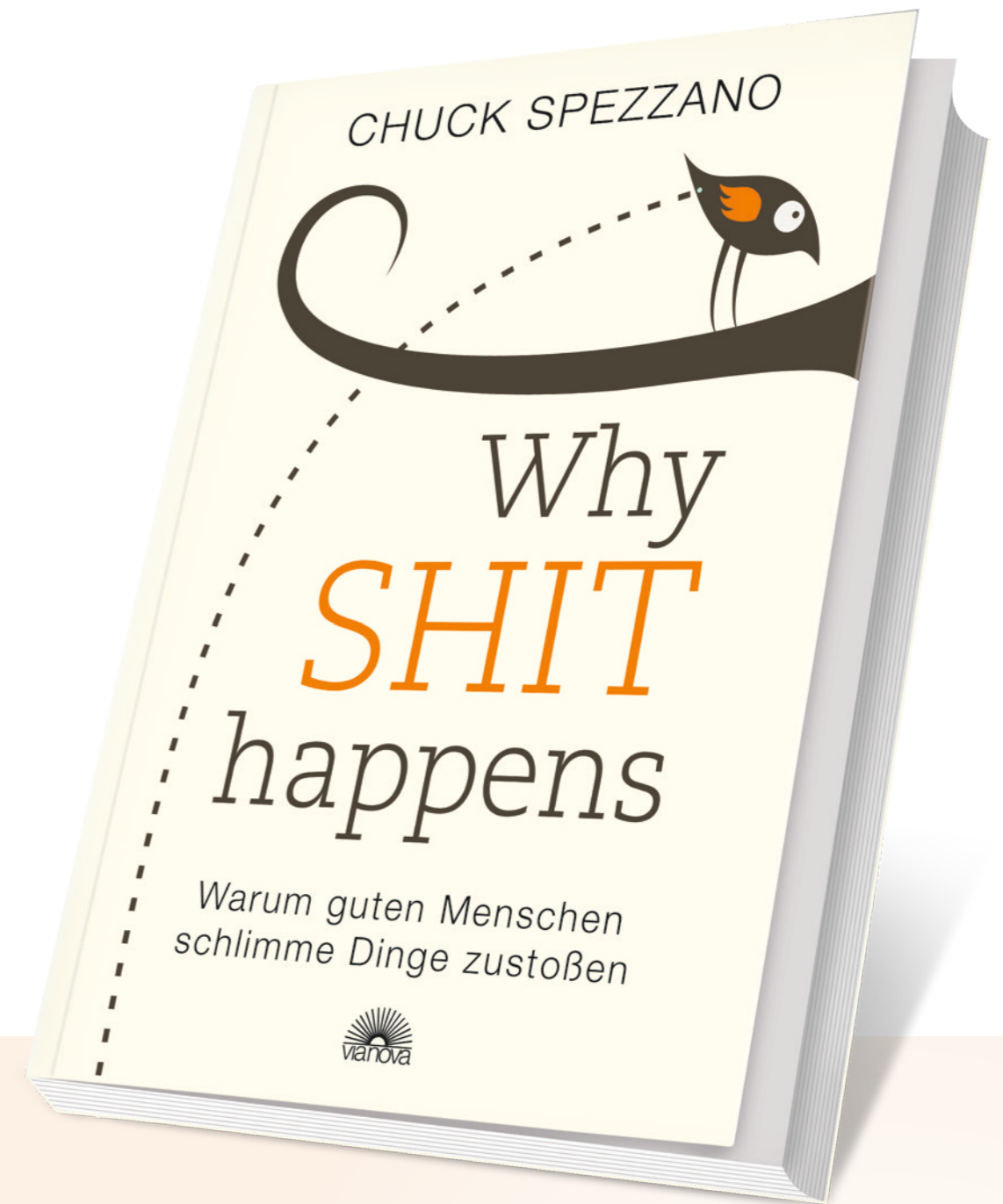


€ 29,95 (D)  
ISBN 978-3-86616-391-1



€ 19,95 (D)  
ISBN 978-3-86616-423-9

Der Bestsellerautor **CHUCK SPEZZANO** ist Doktor der Psychologie und als Referent, Seminarleiter, spiritueller Wegbegleiter und visionärer Lebenslehrer international bekannt. Gemeinsam mit seiner Frau Lency hat er die bahnbrechende Methode der »Psychology of Vision« entwickelt und arbeitet seit nunmehr vierzig Jahren als Berater und Therapeut sehr erfolgreich vor allem mit Menschen in Europa, Nordamerika und Asien.



- ⊙ Ein neues Grundlagenwerk über die Wirkungsweise und Mechaniken unseres Bewusstseins
- ⊙ Die Bedeutung der Selbstverantwortung für ein befreites glückliches Leben ist fundamental.
- ⊙ Das Buch zeigt auf, wie man unbewusste Prinzipien und Dynamiken erkennt und für sein seelisches und spirituelles Wachstum nutzt, wie man in all seinen Lebensbereichen Transformation und Befreiung erleben kann.

**CHUCK SPEZZANO**  
**WHY SHIT HAPPENS**  
Warum guten Menschen  
schlimme Dinge zustoßen

Klappenbroschur, ca. 304 Seiten,  
Format: 15,5 x 22 cm

€ 19,95 (D) / € 20,60 (A)  
ISBN 978-3-86616-450-5

Auslieferung: Dezember 2018  
Warengruppenzuordnung: 1481

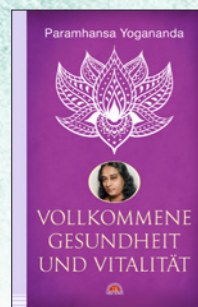




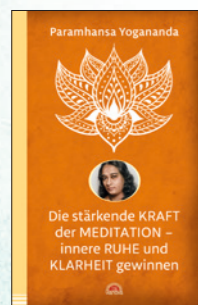
# Grenzenlose Möglichkeiten! Die universellen geistigen Gesetze für inneren und äußeren Erfolg

Kann es sein, dass es universelle Kräfte gibt, von denen zu träumen wir kaum wagen und die nur darauf warten, dass wir sie uns zunutze machen? Die alten Heiligen und Weisen Indiens sprachen davon, und mit diesen hier erstmals in deutscher Sprache veröffentlichten Texten von Paramhansa Yogananda wird dieses alte Wissen in diesem Buch neu zusammengefasst. Einer der bekanntesten spirituellen Lehrer des 20. Jahrhunderts zeigt geistige Zugänge und praktische Methoden, wie wir Menschen zu unserer wahren göttlichen Natur gelangen und so die uns innewohnenden Fähigkeiten, Talente und Potentiale in ihrer vollkommenen Qualität entfalten und manifestieren können. Dieses Wissen von unschätzbarem Wert kann Ihr Leben von Grund auf verwandeln und auf allen Ebenen der Existenz zu wahrer Fülle und echtem Erfolg führen.

Bereits erschienen:



€ 12,95 (D)  
ISBN 978-3-86616-402-4



€ 12,95 (D)  
ISBN 978-3-86616-441-3

**PARAMHANSA YOGANANDA** (1893 -1952) war ein indischer Yoga-Meister, Philosoph und Schriftsteller und gilt als einer der weltweit bedeutendsten spirituellen Lehrer des 20. Jahrhunderts. Er war einer der ersten Meister, der die indische Yogaweisheit in den Westen brachte. Sein Buch »Autobiographie eines Yogi« wurde zu einem internationalen Bestseller.



11

- ⊙ Das Buch erklärt, wie man im Einklang mit seiner Natur handelt und so vollkommene Fülle, Glück und Gesundheit erfährt.
- ⊙ Paramhansa Yogananda, der Autor von »Autobiografie eines Yogi« gibt ganz konkrete Tipps und Hilfen für die Erfüllung aller Ihrer Wünsche.
- ⊙ Spirituelles Erfolgscoaching von einem der größten Yogameister unserer Zeit

PARAMHANSA YOGANANDA  
ERFOLG IST, WENN DEINE  
SEELE DEIN LEBEN BERÜHRT

Taschenbuch, ca. 144 Seiten,  
Format: 12 x 19 cm

€ 12,95 (D) / € 13,40 (A)  
ISBN 978-3-86616-451-2

Auslieferung: November 2018  
Warengruppenzuordnung: 2481





## Ein Plädoyer für die Lebensfreude: So bringen Sie Leichtigkeit in Ihren Alltag



**V**orsicht! Das Lesen dieses Buch könnte dazu führen, dass Sie unwiederbringlich von etwas angesteckt werden, das von jetzt an in Ihr Leben einkehrt: gute Laune! Mehr noch: Lebensfreude, Zufriedenheit und neue Glücksmomente könnten sich in allen Bereichen Ihres Lebens sogar nachhaltig ausbreiten! Schwer zu glauben? Verständlich! Aber was wäre, wenn Sie herausfänden, dass es viel einfacher ist, mit Freude und Leichtigkeit durchs Leben zu gehen als Sie ahnen, und dass es viele Möglichkeiten gibt, dies ganz praktisch im Alltag umzusetzen! Würde das nicht ganz erheblich Ihre Stimmung heben? Lassen Sie sich von diesem Buch überraschen, von wundervollen Anregungen, weisen Zitaten und bereichernden Inspirationen, die Sie einladen, Ihr Leben in einem hellen Licht zu sehen und zu erfahren.

Bereits erschienen:



- ⊙ Inspirierende Ermutigungen und praktische Anleitungen, um sein Leben selbstbestimmt und mit Freude zu gestalten
- ⊙ Konkrete Hilfestellungen und wertvolle Anregungen, um in allen Bereichen des Lebens neue Glücksmomente zu erfahren
- ⊙ Das Buch zeigt, wie man unbewusste Blockaden, Ängste und Sorgen enttarnen und auflösen kann.

**URS-BEAT FRINGELI**, Autor und Erwachsenenbildner. Seit vielen Jahren als Pfarrer tätig. Leiter eines Kraft- und Wallfahrtsortes in der Schweiz. Bekannt durch zahlreiche Bücher und Sendungen, Kurse und Seminare zur Lebenshilfe. Da er selber längere Zeit erfolgreich in der Wirtschaft tätig war, kennt er die Anforderungen und Sorgen.

URS-BEAT FRINGELI  
DAS KLEINE BUCH DER  
LEBENSFREUDE

Taschenbuch, ca. 160 Seiten  
Format: 12 x 19 cm

€ 12,95 (D) / € 13,40 (A)  
ISBN 978-3-86616-452-9

Auslieferung: Oktober 2018  
Warengruppenzuordnung: 2481



## Die heilsame Kraft der Yoga Nidra- Meditation: Lebensenergie tanken, tiefe Entspannung und inneren Frieden erfahren

**E**rlernen Sie mit dieser CD eine faszinierende innere Reise in das Land zwischen Wachsein und Schlaf. Yoga Nidra ist eine der kraftvollsten und tiefgreifendsten Meditationen des Yoga, dabei sehr einfach durchzuführen und unglaublich wohltuend und heilsam. Mit Hilfe der geführten Meditation können Sie bei hellwachem Geist den Atem sowie den physischen und feinstofflichen Körper erkunden und dabei energetische und emotionale Blockaden auflösen. Yoga Nidra ermöglicht eine einmalige Tiefe der Entspannung für Körper und Geist und zugleich eine fühlbare Aktivierung der Lebensenergie, ist unglaublich erholsam und erfrischend. Innerer Friede kehrt ein, Gelassenheit, Wachheit und Freude.



Bereits erschienen:

13

- ⊙ Tiefe Entspannung, Erholung und Regeneration
- ⊙ Innere Reinigung und Befreiung von emotionalen und geistigen Belastungen
- ⊙ Zwei vollständige Yoga Nidra-Sitzungen

**DR. RALPH SKUBAN** leitete 25 Jahre eine Einrichtung für Demenzzranke. Die intensiven Erfahrungen dieser Arbeit führten ihn zur Mystik des Ostens und zur Praxis des Yoga. Er ist Autor vieler Bücher, die heute zur Standardliteratur vieler Yoga-Ausbildungen gehören, gibt regelmäßig Seminare und Workshops und begleitet Yogalehrer-Ausbildungen. Zusammen mit seiner Frau leitet er eine eigene Yoga-Akademie.



RALPH SKUBAN  
CD – YOGA NIDRA –  
TIEFE, STILLE & KLARHEIT

Laufzeit: 60 Minuten

€ 9,95 (D)  
ISBN 978-3-86616-453-6

Auslieferung: November 2018  
Warengruppenzuordnung: 5462





## Gesegnete Mahlzeiten: Köstliche Kochrezepte aus 50 Jahren Klosterküche



Dieses Kochbuch ist schon deshalb so außergewöhnlich, weil es uns in eine Welt entführt, die Normalsterblichen meist verborgen bleibt, nämlich hinter die dicken Mauern eines Klosters.

Wann kann man schon mal einem echten Klosterkoch über die Schulter schauen? Bruder Karls köstliche Rezepte sind kleine Schätze aus 50 Jahren Klosterküchenerfahrung und spiegeln den »Spiritus loci«, den Geist des Ortes, wider: Freude am Tun, Liebe zur Einfachheit und achtsamer Umgang bei der Auswahl und Zubereitung der Zutaten. Ob bürgerliche Kost, vegetarische Speisen, Suppen, Salate, Hauptgerichte oder Desserts – freuen Sie sich auf gesunde und bekömmliche Gerichte! Garniert mit klösterlichen Geschichten und Bruder Karls speziellen »Insidertipps« ist das Kochbuch ein wahres kulinarisches Kleinod!



- ⊙ Wohlschmeckende, köstliche und gesunde Gerichte – mit viel Liebe und Beschaulichkeit kreiert, ausgewählt und dargestellt
- ⊙ Mit ansprechenden Fotos und Zeichnungen sowie klösterlichen Geschichten, Gebräuchen und speziellen Küchentricks

**KARL THIER**, Küchenchef im Kloster Hünfeld. Durch seine Kindheit auf dem Bauernhof im Münsterland geprägt, hat Bruder Karl eine große Achtung vor den Gaben Gottes. Schon als 14-Jähriger kam er ins Kloster Hünfeld, wo er 2010 sein 50-jähriges Ordensjubiläum feierte.

**MARIA KÖLLNER** ist Buch- und Filmautorin. Ihre Bücher sind fesselnde Lebensbeschreibungen mit viel Nähe zur Natur. Sie lebt und arbeitet bei Hamburg auf einem idyllischen Hof, wo sich Tiere und Menschen begegnen.

**URSULA HOFF**, Diätassistentin und Ernährungsberaterin aus Fulda, wurde schon als kleines Mädchen von ihrer Großmutter in die Geheimnisse der Kräuterkunde eingeweiht. Ihre Grundsätze beim Kochen lauten: »Die gesunden, natürlichen Speisen sollen ein Genuss für Gaumen und Augen sein.«

KARL THIER/  
MARIA KÖLLNER/  
URSULA HOFF  
BRUDER KARLS  
KLOSTERKÜCHE

Hardcover, ca. 176 Seiten  
Format: 17 x 22 cm

€ 18,00 (D) / € 18,50 (A)  
ISBN 978-3-86616-454-3

Auslieferung: Dezember 2018  
Warengruppenzuordnung: 1461



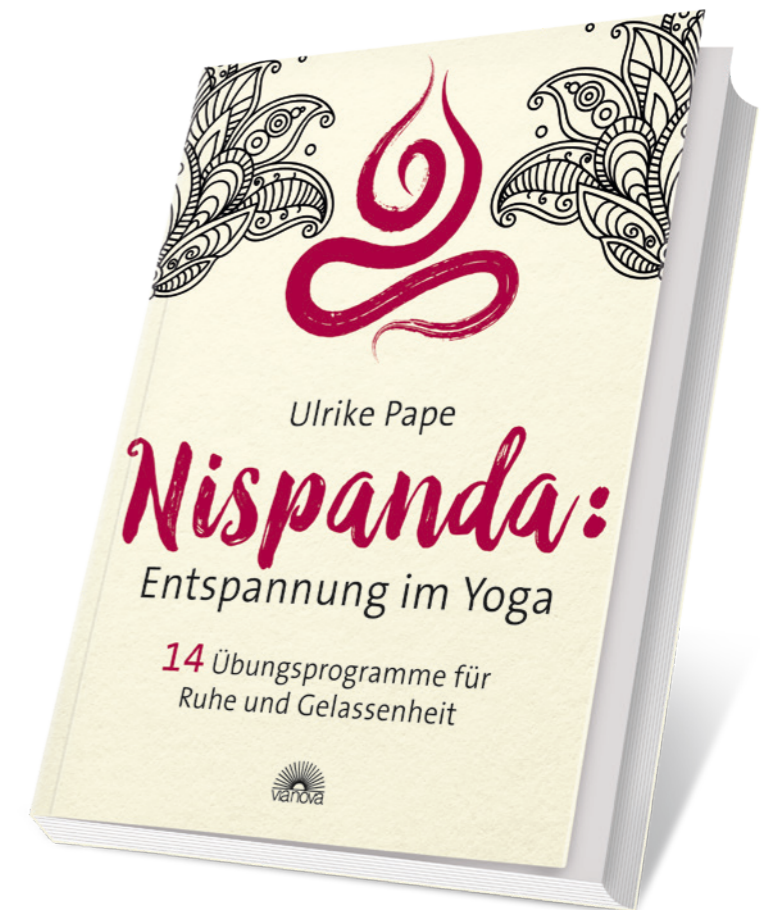
Ex.



9 783866 164543

## Schritt für Schritt tiefe Entspannung, Ruhe und Gelassenheit finden

In diesem Yogahandbuch finden Sie einen bisher einzigartigen praxisorientierten Überblick über Yogawege, die direkt in die Entspannung und zu mehr innerer Ruhe und Gelassenheit führen. Zugleich gelingt es, mit den ausführlich dargestellten und erprobten Übungen sich sowohl energiegeladener als auch erfrischter zu fühlen. 14 bewährte Entspannungsprogramme werden dargestellt, die Ihnen die so wertvolle Erfahrung und die tiefliegenden Wirkungsweisen des »niṣpanda« (ohne Spannung) vermitteln und dies auf allen Ebenen des Erlebens – körperlich, geistig, seelisch. Gerade in unseren oft stressigen Zeiten kann dieses neue Yogahandbuch mit seinen Entspannungsmethoden eine großartige Quelle der Erholung und Gesundheit werden.



- ⊙ Gezielte Übungen, um sich auf energetischer Ebene von seelischem Schmerz und unverarbeiteten emotionalen Belastungen zu befreien
- ⊙ Die erfüllende Erfahrung von tiefem inneren Frieden und bewusstem Gewahrsein stellt sich ein.
- ⊙ Für Anfänger und Fortgeschrittene leicht zu erlernen und durchzuführen.

**ULRIKE PAPE** lebt mit ihren Töchtern und ihrem Mann in Berlin. Die freie Journalistin und Online-Redakteurin hat ihre Ausbildung zur Yoga-Lehrerin BDY/EYU bei Ananda Leone an der Yogaakademie Berlin abgeschlossen. Ihre Liebe zum Yoga gibt sie weiter an junge Mütter und Väter mit Babys im Berliner Familienzentrum Groß & Klein sowie Kollegen beim Morgenyoga.

ULRIKE PAPE  
NISPANDA:  
ENTSPANNUNG IM YOGA  
14 Übungsprogramme für Ruhe  
und Gelassenheit

Paperback, ca. 112 Seiten  
8 Grafiken, Format: 15,5 x 22 cm

€ 14,95 (D) / € 15,40 (A)  
ISBN 978-3-86616-434-5

Auslieferung: September 2018  
Warengruppenzuordnung: 1462



9 783866 164345

Ex.



## Eine geeignete Yogamethode für Übungen im Büro, für ältere Menschen und Personen mit Bewegungseinschränkungen



Viele Menschen würden gerne die körperbewussten Entspannungstechniken des Yogas erlernen. Doch aus Zeitmangel, Alters- oder anderen Gründen scheuen sie sich, klassisches Yoga auf der Matte zu üben. Genau diese Menschen werden sich durch diese neue Form des Yogas angesprochen fühlen. Die Übungen in diesem Buch sind so abgewandelt, dass sie selbst von behinderten Menschen im Rollstuhl ausgeführt werden können. Ob im Büro oder zuhause, mit dieser Form des Yogas ist der Übende flexibel. Der Effekt ist groß, der Schwierigkeitsgrad niedrig und die Gefahr, sich eine Verletzung zuzuziehen, gering. Alle Übungen werden so ausführlich und anschaulich beschrieben, dass jeder Interessierte sie ohne Vorkenntnisse ausführen kann. Zum besseren Verständnis sind alle Übungen durch Illustrationen der Autorin dargestellt.

## Selbst ausgeführte Massage der Fuß- und Handreflexzonen als einfache Hilfe

In einer über dreißigjährigen Praxis gewann der Autor neue Erkenntnisse der Fußreflexzonenmassage, besonders an den großen Zehen. Er fand hier über 40 Reflexpunkte der Hirnreflexe, über die schnellere und intensivere Reaktionen ablaufen. Dazu kommen noch rund 20 neu gefundene Reflexpunkte, die Krankheiten sehr schnell und effektiv positiv beeinflussen. Die Massage eines von ihm gefundenen Reflexpunkts kann selbst sehr alte Schockerlebnisse aus dem Unterbewusstsein in das Bewusstsein bringen.

Genau Beschreibungen und viele Skizzen und Schaubilder machen nicht nur die Lokalisierung der Reflexpunkte und die Art der jeweils erforderlichen Massage klar, sondern sind vom Autor auch ausdrücklich als Möglichkeit zur Selbsthilfe für sich und vor allem zur Anwendung bei Kindern gedacht.



5. aktualisierte  
Neuaufgabe

- ⊙ Die sicherste Form, Yoga zu üben
- ⊙ Aktueller denn je, kann von (fast) jedem Menschen ausgeführt werden
- ⊙ Wenig Aufwand – große Wirkung auf die seelische körperliche Gesundheit

EDELTRAUD ROHNFELD  
YOGA AUF DEM STUHL  
Ein Übungsbuch

Hardcover, 184 Seiten,  
über 100 Zeichnungen  
Format: 15,5 x 22 cm

€ 19,80 (D) / € 20,40 (A)  
ISBN 978-3-86616-455-0

Auslieferung: November 2018  
Warengruppenzuordnung: 1462

**EDELTRAUD ROHNFELD**, geb. 1957 in Viernheim (Mannheim), wurde an der Yoga-Schule Asha Rekai in Berlin ausgebildet. Seit 1993 hat sie sich auf die spezielle Form des »Yoga auf dem Stuhl« unter der Anleitung von Erika Hammerström spezialisiert. Mit ihrer individuellen Form des Unterrichts ermöglicht sie vielen Menschen einen leichten und unkomplizierten Einstieg in das Üben des Yoga. Seit 2008 lebt Edeltraud Rohnfeld in Irland und bietet Fortbildungen zu »Yoga auf dem Stuhl« im In- und Ausland an.



9 783866 164550



- ⊙ Ein wichtiger Beitrag zur intensiven Erforschung der Reflexpunkte am menschlichen Körper, besonders an den Füßen.
- ⊙ Dazu kommen noch rund 20 neu gefundene Reflexpunkte, die zum Beispiel den Augeninnendruck, Herpes und Gürtelrose, hohen Blutdruck, Herzbeschwerden, Asthma oder Zahnschmerzen sehr schnell und effektiv positiv beeinflussen.

**FRIEDRICH BUTZBACH** hat eine langjährige Ausbildung in der klassischen Fußreflexzonenmassage. Durch die eigene Praxis bekam er einen tiefen Einblick in die energetischen Zusammenhänge dieser Methode und konnte sie durch Entdeckung einiger neuer Reflexpunkte weiterentwickeln, die in der diesbezüglichen Fachliteratur nicht angegeben sind. Die manchmal an ein Wunder grenzenden Heilwirkungen veranlassten ihn, dieses Buch zu schreiben.

8. vollständig  
überarbeitete  
Neuausgabe

FRIEDRICH BUTZBACH  
HAND & FUSS –  
QUELLEN DER HEILUNG

Eine völlig neuartige Reflexzonen-Massage

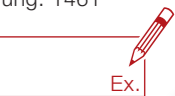
Broschur, 192 Seiten  
Format: 15,5 x 22 cm

€ 15,90 (D) / € 16,40 (A)  
ISBN 978-3-86616-456-7

Auslieferung: September 2018  
Warengruppenzuordnung: 1461



9 783866 164567

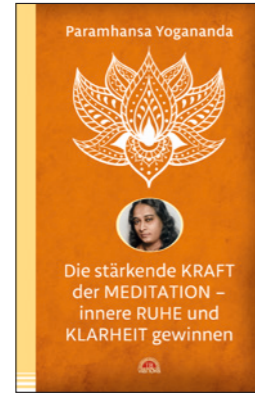




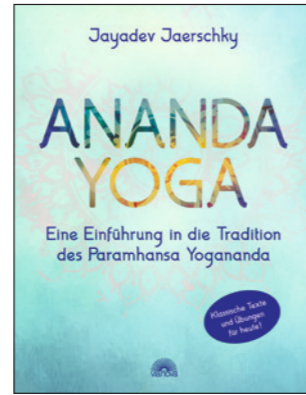
# Neuerscheinungen 2018



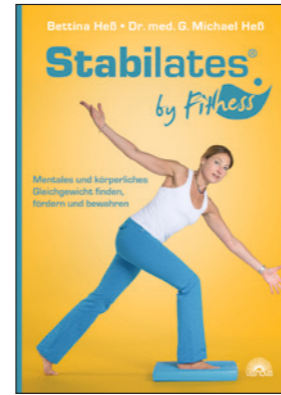
**Dr. med. Ingfried Hobert**  
**Ethno Health Apotheke – Kompakt**  
 Die 50 besten Naturmedizinrezepturen der Welt  
 Via Nova Kompakt, 160 Seiten,  
 32 farbige Fotos  
 € 12,95 (D) / € 13,40 (A)  
 ISBN 978-3-86616-439-0



**Paramhansa Yogananda**  
**Die stärkende Kraft der Meditation – innere Ruhe und Klarheit gewinnen**  
 Taschenbuch, 144 Seiten  
 € 12,95 (D) / € 13,40 (A)  
 ISBN 978-3-86616-441-3



**Jayadev Jaerschky**  
**Ananda-Yoga**  
 Eine Einführung in die Tradition des Paramhansa Yogananda  
 Broschur, 352 Seiten,  
 200 farbige Fotos  
 € 24,95 (D) / € 25,70 (A)  
 ISBN 978-3-86616-442-0



**Bettina Heß / Dr. med. G. Michael Heß**  
**Stabilates® by Fitness**  
 Mentales und körperliches Gleichgewicht finden, fördern und bewahren  
 Broschur, 128 Seiten,  
 170 vierfarbige Fotos  
 € 18,00 (D) / € 18,50 (A)  
 ISBN 978-3-86616-443-7



**Matt Galan Abend**  
**Lebenslügen**  
 Das Alte loslassen – das Neue willkommen heißen  
 Hardcover, 144 Seiten  
 € 15,95 (D) / € 16,40 (A)  
 ISBN 978-3-86616-428-4



**Dr. med. Reimar Banis**  
**Heilung durch Psychosomatische Energetik • PSE**  
 Fragen an den Begründer des effektiven Naturheilverfahrens  
 Paperback, 224 Seiten,  
 45 farbige Fotos  
 € 19,95 (D) / € 20,60 (A)  
 ISBN 978-3-86616-431-4



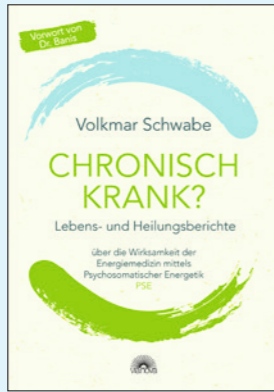
**Remo Rittiner**  
**Das große Ayur-Yoga-Praxisbuch**  
 Yogaprogramme für Gesundheit, Vitalität und geistige Kraft  
 Paperback, 240 Seiten,  
 560 farbige Fotos  
 € 28,00 (D) / € 28,80 (A)  
 ISBN 978-3-86616-433-8



**Chuck Spezzano**  
**Prinzipien des Seins für ein erfolgreiches Leben**  
 Auf allen Ebenen Fülle erfahren  
 Hardcover, 240 Seiten  
 € 19,95 (D) / € 20,60 (A)  
 ISBN 978-3-86616-423-9



**Evelyn Horsch-Ihle**  
**YOGA HILFT BEI HOCHSENSIBILITÄT**  
 Via Nova Kompakt, 192 Seiten,  
 100 farbige Fotos  
 € 12,95 (D) / € 13,40 (A)  
 ISBN 978-3-86616-444-4



**Volkmar Schwabe**  
**Chronisch krank?**  
 Lebens- und Heilungsberichte über die Wirksamkeit der Energiemedizin mittels Psychosomatischer Energetik • PSE  
 Paperback, 208 Seiten  
 € 18,00 (D) / € 18,50 (A)  
 ISBN 978-3-86616-445-1



**Ralph Skuban**  
**CD – Tibetische Atemübungen**  
 Laufzeit: 60 Minuten  
 € 9,95 (D)  
 ISBN 978-3-86616-446-8



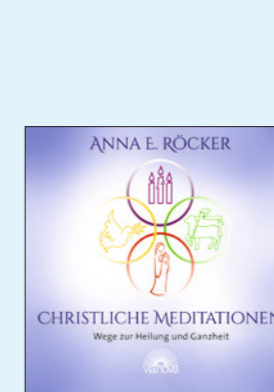
**Chuck Spezzano**  
**Woran hängt dein Herz?**  
 UT: Prüfe alles und entscheide dich für das Gute  
 80 farbige Karten mit Begleitbuch  
 Illustrationen von Petra Kühne  
 € 29,95 (D) / € 30,80 (A)  
 ISBN 978-3-86616-391-1



**John Gray / Arjuna Ardagh**  
**Wie Männer zu sich selbst finden**  
 Bewusst leben  
 Paperback, 272 Seiten  
 € 19,95 (D) / € 20,60 (A)  
 ISBN 978-3-86616-422-2



**Werner Vogel**  
**Durchbruch ins Licht**  
 Gedichte der Zuversicht und der Hoffnung  
 Hardcover, 48 Seiten,  
 11 farbige Fotos  
 € 15,00 (D) / € 15,50 (A)  
 ISBN 978-3-86616-440-6



**Anna E. Röcker**  
**Christliche Meditationen**  
 Wege zur Heilung und Ganzheit  
 CD, Laufzeit: 72 Minuten  
 € 9,95 (D/A)  
 ISBN 978-3-86616-436-9



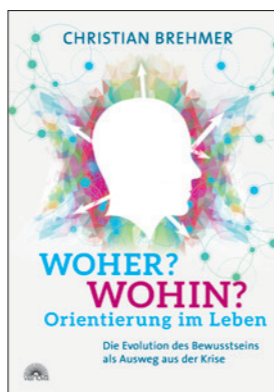
**Heribert Fischedick**  
**Auch das Sterben gehört zum Leben**  
 Paperback, 144 Seiten  
 € 14,95 (D) / € 15,40 (A)  
 ISBN 978-3-86616-429-1



**Jeff Foster**  
**Umarme dein Leben, wie es ist**  
 Nicht das Glück suchen, sondern glücklich sein  
 Paperback, 304 Seiten  
 € 19,95 (D) / € 20,60 (A)  
 ISBN 978-3-86616-421-5



**Emily Bennington**  
**Wunder geschehen in jedem Augenblick**  
 »Ein Kurs in Wundern« im Alltag und im Beruf  
 Mit einem Vorwort von Marianne Williamson  
 Paperback, 192 Seiten  
 € 18,95 (D) / € 19,50 (A)  
 ISBN 978-3-86616-425-3



**Christian Brehmer**  
**Woher? Wohin? Orientierung im Leben**  
 Die Evolution des Bewusstseins als Ausweg aus der Krise  
 Paperback, 288 Seiten,  
 50 farbige Fotos, 70 Grafiken  
 € 22,80 (D) / € 23,50 (A)  
 ISBN 978-3-86616-430-7



**Evelyn Horsch-Ihle**  
**YOGA HILFT BEI PSYCHISCHEN PROBLEMEN**  
 Burnout – Ängsten – Selbstzweifeln – Depressionen  
 Via Nova Kompakt, 150 Seiten,  
 50 farbige Fotos  
 € 9,95 (D) / € 10,30 (A)  
 ISBN 978-3-86616-435-2



**Katrin Jonas**  
**Schmerzfrei ohne Medikamente**  
 Meditation und Körperbewusstsein – Ein 30-Tage-Programm  
 Paperback, 288 Seiten  
 € 19,95 (D) / € 20,60 (A)  
 ISBN 978-3-86616-426-0



**Remo Rittiner / Dr. med. Ingfried Hobert**  
**Yogatherapie und ganzheitliche Medizin** / Vorbeugung und Heilung von Krankheiten  
 Paperback, 184 Seiten,  
 400 farbige Fotos  
 € 26,00 (D) / € 26,80 (A)  
 ISBN 978-3-86616-438-3  
**2. Auflage**



**Chuck Spezzano**  
**50 Wege, loszulassen und glücklich zu sein**  
 Taschenbuch, 224 Seiten  
 € 12,95 (D) / € 13,40 (A)  
 ISBN 978-3-86616-432-1



**Judith S. Miller**  
**Heilung der westlichen Seele**  
 Die eigenen spirituellen Wurzeln wieder entdecken  
 Paperback, 208 Seiten  
 € 19,00 (D) / € 19,60 (A)  
 ISBN 978-3-86616-424-6



# Neuerscheinungen 2017



**Ralph Bethke**  
**Heil-Sein ist Eins-Sein**  
 Der mystische Weg zur Gesundheit  
 Via Nova Kompakt  
 Paperback, 64 Seiten  
 € 7,95 (D) / € 8,20 (A)  
 ISBN 978-3-86616-400-0



**Anna Gamma**  
**Den eigenen Platz im Ganzen finden**  
 Persönlichkeitsentwicklung in einer globalisierten Welt  
 Paperback, 176 Seiten  
 € 18,95 (D) / € 19,50 (A)  
 ISBN 978-3-86616-399-7



**Bettina Heß & Dr. med. G. Michael Heß**  
**Individuelle Yogapraxis**  
 Hatha-Yoga mit speziellem Übungsprogramm für Yogaübende mit gesundheitlichen Einschränkungen  
 Klappenbroschur, 160 Seiten, 563 vierf. Fotos, 12 Grafiken, 70 Zeichnungen  
 € 28,00 (D) / € 28,80 (A)  
 ISBN 978-3-86616-403-1



**Gyandev McCord**  
**Die spirituelle Dimension des Hatha-Yoga**  
 Erwachen in ein höheres Bewusstsein  
 Klappenbroschur, 256 Seiten  
 € 24,95 (D) / € 25,70 (A)  
 ISBN 978-3-86616-386-7



**Hanspeter Ruch**  
**Staunen**  
 Eine Quelle für Ruhe, Stille, Gelassenheit und Lebensfreude  
 Taschenbuch, 144 Seiten  
 € 9,95 (D) / € 10,30 (A)  
 ISBN 978-3-86616-401-7



**Marikka Schaechtelin**  
**Selbst-Mitgefühl entfalten**  
 Die Liebe heilt alle Krisen  
 Taschenbuch, 192 Seiten  
 € 12,95 (D) / € 13,40 (A)  
 ISBN 978-3-86616-394-2



**Dr. med. Ingfried Hobert / Svenja Zitzer**  
**Die Ethno Health Apotheke**  
 Die besten Heilpflanzenrezepturen unserer Erde  
 Klappenbroschur, 320 Seiten, 100 farbige Fotos  
 € 24,95 (D) / € 25,70 (A)  
 ISBN 978-3-86616-398-0  
 2. Auflage



**Evelyn Horsch-Ihle**  
**Yoga hilft nach Hüft-OP**  
 Das erste Yoga-Programm für Hüftoperierte  
 Via Nova Kompakt, Paperback  
 192 Seiten, 111 farbige Fotos  
 € 9,95 (D) / € 10,30 (A)  
 ISBN 978-3-86616-405-5



**Katrin Jonas**  
**Meditation heilt**  
 Schmerzfrei in ein neues Leben  
 Mit Übungsanleitungen und praktischen Tipps  
 Paperback, 224 Seiten  
 € 18,95 (D) / € 19,50 (A)  
 ISBN 978-3-86616-392-8



**Stefanie Spessart-Evers**  
**Auf dem Jakobsweg durch Frankreich**  
 Gehen • singen • lauschen • staunen  
 Paperback, 208 Seiten  
 € 16,95 (D) / € 17,50 (A)  
 ISBN 978-3-86616-396-6



**Alexander Wunsch, G. Wilz, A. Fächtenbusch, Christian Dittrich-Opitz, Thomas Klein, Hans Stormer**  
**Lichttherapie**  
 Die Medizin der Zukunft  
 Einfach und wirkungsvoll  
 Taschenbuch, 224 Seiten, 96 farbige Fotos, 16 Grafiken  
 € 18,95 (D) / € 19,50 (A)  
 ISBN 978-3-86616-371-3



**Chuck Spezzano**  
**Dein Herz ruft nach Liebe**  
 Wie deine Partnerschaft erblühen kann  
 Hardcover, 224 Seiten  
 € 19,95 (D) / € 20,60 (A)  
 ISBN 978-3-86616-390-4



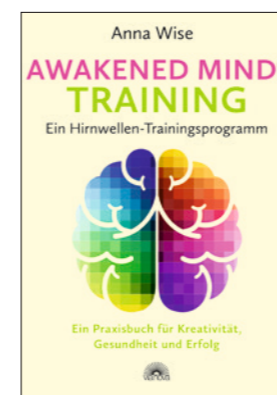
**Alexander Jürries**  
**Lebensqualität aus dem Inneren**  
 Glücklich im Alltag, im Leben, im Sein  
 Paperback, 224 Seiten  
 € 19,95 (D) / € 20,60 (A)  
 ISBN 978-3-86616-395-9



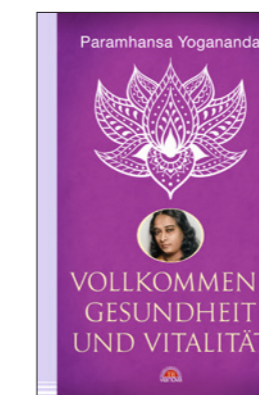
**Christian Koch**  
**Hatha-Yoga im Sport**  
 Die moderne Sportwissenschaft trifft auf Grundprinzipien der Körperpraxis des Yoga  
 Klappenbroschur, 120 Seiten, 18 Grafiken, 45 vierfarbige Fotos  
 € 24,95 (D) / € 25,70 (A)  
 ISBN 978-3-86616-404-8



**Eva Maria Leonard**  
**Ich bin bei Euch**  
 Botschaften aus der göttlichen Welt für die neue Zeit  
 Hardcover, 176 Seiten, 24 farbige Bilder  
 € 19,95 (D) / € 20,60 (A)  
 ISBN 978-3-86616-393-5



**Anna Wise**  
**Awakened Mind® Training**  
 Ein Hirnwellen-Trainingsprogramm  
 Paperback, 272 Seiten, 40 Grafiken  
 € 22,00 (D) / € 22,70 (A)  
 ISBN 978-3-86616-397-3



**Paramahansa Yogananda**  
**Vollkommene Gesundheit und Vitalität**  
 Taschenbuch, 144 Seiten  
 € 12,95 (D) / € 13,40 (A)  
 ISBN 978-3-86616-402-4



**Kurt Tepperwein**  
**Es ist alles anders, als es scheint**  
 Wie wir Missverständnisse und andere Irrtümer durchschauen  
 Taschenbuch, 144 Seiten  
 € 9,95 (D) / € 10,30 (A)  
 ISBN 978-3-86616-427-7



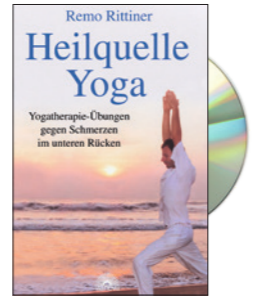
# Unser DVD-Programm



**Chuck und Lency Spezzano**  
**Liebe & Partnerschaft**  
 Wie Sie Ihre Partnerschaft erfolgreich gestalten  
 DVD, Laufzeit: 108 Minuten,  
 ISBN 978-3-86616-109-2  
 € 14,95 (D/A)



**Jutta Pinter-Neise**  
**Yoga – Energie ein Leben lang**  
 Übungszyklen und Meditationen des Hatha-Yoga  
 DVD, Laufzeit: 2 1/2 Stunden,  
 ISBN 978-3-86616-099-6  
 € 19,95 (D/A)



**Remo Rittiner**  
**DVD Heilquelle Yoga**  
 Yogatherapie-Übungen gegen Schmerzen im unteren Rücken  
 DVD, Laufzeit: 52 Minuten,  
 ISBN 978-3-86616-054-5  
 € 14,95 (D/A)



**Remo Rittiner / Eva Hager-Forstenlechner**  
**Yoga für Rücken und Hüfte**  
 DVD, Laufzeit: 80 Minuten,  
 ISBN 978-3-86616-274-7  
 € 14,95 (D/A)



**Ennea Tess Griffith**  
**Das Geheimnis der ewigen Jugend der Derwische**  
 Die 7 höheren Arkanas  
 DVD, Laufzeit: 70 Minuten,  
 ISBN 978-3-86616-122-1  
 € 14,95 (D/A)



**Remo Rittiner / Eva Hager-Forstenlechner**  
**Yoga für Nacken und Schultern**  
 DVD, Laufzeit: 79 Minuten,  
 ISBN 978-3-86616-220-4  
 € 14,95 (D/A)



**Gabriela Leppelt-Remmel**  
**Lachyoga schenkt Lebensfreude**  
 33 Übungen zum Mitlachen  
 DVD, Laufzeit: 65 Minuten  
 ISBN 978-3-86616-195-5  
 € 14,95 (D/A)



**Gabriela Leppelt-Remmel**  
**Lachyoga befreit für das Jetzt**  
 60 Übungen zum Mitlachen  
 DVD, Laufzeit: 115 Minuten,  
 ISBN 978-3-86616-243-3  
 € 14,95 (D/A)



**Peter Reiter**  
**Dein Seelenhaus – Die große Praxisreihe – DVD**  
 Schuber mit 6 DVDs im Set, Laufzeit: 9 Stunden  
 ISBN 978-3-86616-221-1  
 € 50,00 (D/A)

**Set 1: Das Seelenhaus erkunden und deuten**  
 2 DVDs, Laufzeit: 150 Minuten  
 ISBN 978-3-86616-224-2

**Set 2: Transformation und tiefe seelische Heilungen**  
 2 DVDs, Laufzeit: 160 Minuten  
 ISBN 978-3-86616-225-9

**Set 3: Erweiterte Anwendungen**  
 2 DVDs, Laufzeit: 200 Minuten  
 ISBN 978-3-86616-226-6

Preis je Set € 19,95 (D/A)



**Remo Rittiner / Eva Hager-Forstenlechner**  
**Kraft und Beweglichkeit für Füße und Knie**  
 DVD, Laufzeit: 74 Minuten  
 ISBN 978-3-86616-308-9  
 € 14,95 (D/A)



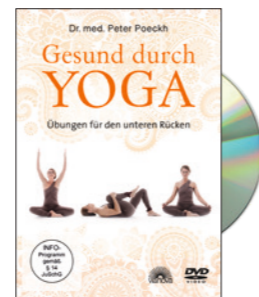
**Remo Rittiner / Dr. med. Ingfried Hobert**  
**Yoga und ganzheitliche Medizin bei Krebserkrankungen**  
 DVD, Laufzeit: 74 Minuten  
 ISBN 978-3-86616-309-6  
 € 14,95 (D/A)



**Remo Rittiner**  
**Yogatherapie bei hohem Blutdruck**  
 DVD, Laufzeit: 65 Minuten  
 ISBN 978-3-86616-406-2  
 € 16,95 (D/A)



**Remo Rittiner /**  
**Yogatherapie bei Skoliose**  
 DVD, Laufzeit: 97 Minuten  
 ISBN 978-3-86616-437-6  
 € 16,95 (D/A)



**Dr. med. Peter Poeckh**  
**Gesund durch Yoga**  
 Übungen für den unteren Rücken  
 DVD, Laufzeit: 65 Minuten  
 € 14,95 (D/A)  
 ISBN 978-3-86616-349-2

# Die erfolgreichsten Titel



ISBN 978-3-86616-281-5  
 € 19,95 (D) / € 20,60 (A)  
**8. Auflage**



ISBN 978-3-86616-356-0  
 € 18,95 (D) / € 19,50 (A)  
**3. Auflage**



ISBN 978-3-86616-353-9  
 € 14,95 (D) / € 15,40 (A)  
**3. Auflage**



ISBN 978-3-86616-398-0  
 € 24,95 (D) / € 25,70 (A)  
**2. Auflage**



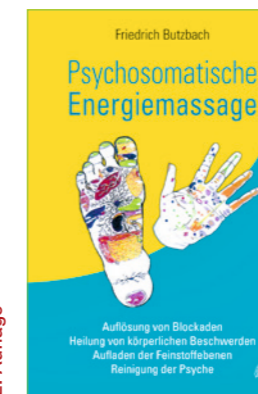
ISBN 978-3-86616-432-1  
 € 12,95 (D) / € 13,40 (A)



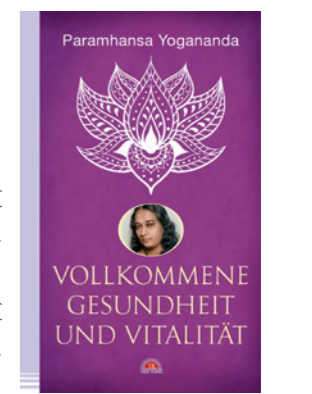
ISBN 978-3-86616-423-9  
 € 19,95 (D) / € 20,60 (A)



ISBN 978-3-86616-433-8  
 € 28,00 (D) / € 28,80 (A)



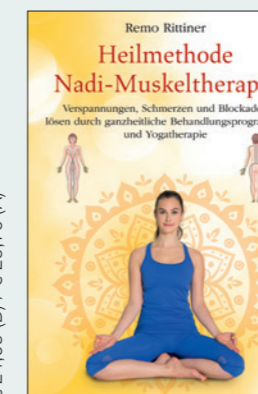
ISBN 978-3-86616-370-6  
 € 16,95 (D) / € 17,50 (A)  
**2. Auflage**



ISBN 978-3-86616-402-4  
 € 12,95 (D) / € 13,40 (A)



ISBN 978-3-86616-303-4  
 € 24,95 (D) / € 25,70 (A)  
**3. Auflage**



ISBN 978-3-86616-385-0  
 € 24,95 (D) / € 25,70 (A)



ISBN 978-3-86616-403-1  
 € 28,00 (D) / € 28,80 (A)