Andreas Winter

Abnehmen ist leichter als Zunehmen

Mankau Verlag, 1. Auflage 6. März 2017
Taschenbuch, 12 x 19 cm, 142 S.
9,95 Euro (D) / 10,30 Euro (A),
ISBN 978-3-86374-370-3

Zum Buch.

Wollen Sie wissen, warum einige Menschen dick werden, obwohl sie vergleichsweise wenig essen? Und andere wiederum schlank sind, obwohl die essen, was das Zeug hält?

Andreas Winter zeigt: Jeder Mensch kann von jetzt auf gleich abnehmen und das gewünschte Gewicht halten, wenn er ganz genau weiß, warum er übergewichtig ist!

Mit dieser provokanten These macht er auf die Schnittstelle zwischen unterbewussten Gefühlen und dem körperlichen Stoffwechsel aufmerksam – ein blinder Fleck für die bisherige Medizin- und Diätindustrie! Winter stellt klar: Mit übermäßiger Nahrungsaufnahme kann man zwar zunehmen, muss dies aber nicht – und man kann jederzeit mühelos abnehmen. Denn drei verborgene Gründe sorgen für die hartnäckigen Fettpolster …

Die Zahlen beweisen den Erfolg: Hunderte Frauen und Männer, die den Hintergrund ihres Übergewichts kennengelernt haben, konnten bereits nach kurzer Zeit ihr Gewicht kontrollieren. Weder Disziplin noch Enthaltsamkeit war dabei notwendig – sie konnten essen, was und wie viel immer sie wollten.

Lassen Sie sich auf eine spannende tiefenpsychologische Analyse ein, die bisherige Ansätze auf den Kopf stellt. Provokant, anschaulich und mit wissenschaftlicher Gründlichkeit zeigt die aktualisierte und erweiterte Taschenbuch-Ausgabe des Bestsellers, wie jede/jeder Übergewichtige mühelos dauerhaft schlank werden kann.

Der Bestseller als Taschenbuch – mit neuen Fallbeispielen und Forschungsergebnissen!

Zum Autor.

Andreas Winter ist Diplompädagoge und psychologischer Berater. Als Leiter eines der größten Coaching-Institute Deutschlands verhilft er seit über zwei Jahrzehnten Menschen aus aller Welt zu mehr Lebensqualität durch rasche und unkonventionelle Konfliktlösungen. Seine mitreißenden Vorträge und Bücher haben mittlerweile Kultstatus erreicht.

Von Andreas Winter sind im Mankau Verlag unter anderem die folgenden Bücher erschienen: „Heilen ohne Medikamente“, „Heilen durch Erkenntnis“, „Nikotinsucht – die große Lüge“ und „Was deine Angst dir sagen will“.

Mankau Verlag GmbH • Postfach 13 22 • D–82413 D-Murnau a. Staffelsee
Tel. (0 88 41) 62 77 69-0 • Fax -6
E-Post: kontakt@mankau-verlag.de • Netz: www.mankau-verlag.de