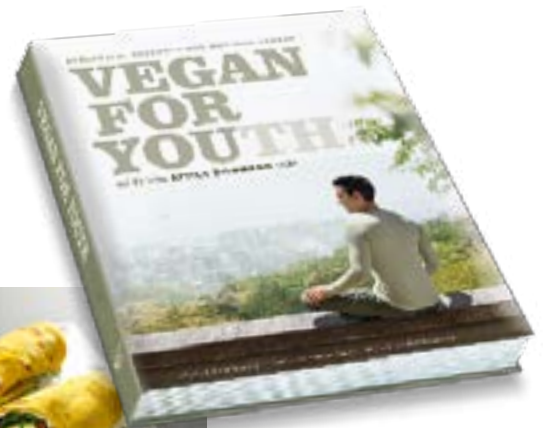


Presstext

Vegan For Youth

Die Attila Hildmann Triät



Schlanker, gesünder und messbar jünger in 60 Tagen

Über 100.000 Menschen haben mit den Bestsellern „Vegan for Fit“ und „Vegan for Fun“ am eigenen Körper erfahren, dass eine vorübergehende vegane Ernährungsweise, frei von chemischen Zusätzen, weit mehr bringt als nur beachtliche Verluste an Übergewicht. Unzählige ernährungsbedingte chronische Krankheitsbilder heilten in nur 30 Tagen ab.

Für „Vegan For Youth“ ist Attila Hildmann dem Phänomen dieses Ernährungskonzeptes mit wissenschaftlichem Spürsinn weiter auf den Grund gegangen. Bis nach Japan ist er u. a. gereist, um die Zusammenhänge zwischen besonderen Lebensmitteln und den Orten zu verstehen, an denen Menschen bei bester Gesundheit steinalt werden. Aus den gesammelten Erkenntnissen über die sogenannten „Superfoods“ hat er jetzt eine weltweit einmalige „Triät“ entwickelt, die

Alterungsprozesse regelrecht herunterdrehen kann. Begleitet von Wissenschaftlern der Charité in Berlin, die mit einem viel beachteten neuen Messverfahren Alterungsprozesse auf der Haut und in der Atemluft messen können, hat Attila Hildmann die Wirkung seiner Ernährungsempfehlungen überprüft. Das Fazit: Mit leckeren veganen Rezepten, einem Training zur Verbesserung der Beweglichkeit und einem begleitenden Programm zur Meditation nach asiatischem Vorbild kann jeder mit dieser Triät in nur 60 Tagen einen neuen Status quo des eigenen Körpers erreichen. Ein schöner Nebeneffekt: Ohne Hunger lassen sich in dieser Zeit 10 Kilo Übergewicht verlieren. Nach 60 Tagen fühlt sich der Challenger leichter, gesünder, beweglicher – und vor allem jünger.

Bibliografische Daten

ISBN 978-3-938100-91-2

29,95 EUR (D), 40,90 CHF, 30,80 EUR (A)

ca. 264 Seiten, plus Beiheft mit Erfahrungsberichten,
Format 23,5 x 28 cm, ca. 140 Fotos, gebunden, mit SU
Erstverkaufstag 15.11.2013

Autor Attila Hildmann

Fotografie Simon Vollmeyer, Johannes Schalk,
Justyna Krzyzanowska

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

Pressekontakt: Valerie Mayer, presse@bjvv.de, 0 21 03-9 07 88-15

**BECKER
JOEST
VOLK
VERLAG**