



## Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden

*Sigrid Hornstein*

 **Download**

 **Online Lesen**

### **Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden** Sigrid Hornstein

Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden  
Audio CD

Lachen ist gesund und heilend. Für diese Tatsache braucht das Rad nicht nochmal neu erfunden zu werden! Etliche Forschungen und Studien haben diese Tatsache längst nachgewiesen und belegt. (Quelle: Psychosoziale-Gesundheit/Dr. Volker Faust, Dr. Ruchti CH, Dr. Lee Berk, Wikipedia, Clinical Research 1989/Journal of Behavioral Medicine, Dr. Madan Kataria...u.v.m.) Gesund abnehmen und Spaß dabei haben ist das Motto dieser CD. Verspürst du den Wunsch in dir, Pfunde purzeln zu lassen? Warst du während und nach einer Diät auch schon hin und wieder frustriert? Ist Essen für dich Lebensqualität und Genuss auf den du nur ungerne verzichten möchtest? Bekommst du schlechte Laune wenn alle Klamotten zu eng sind und dir nichts mehr an dir gefällt? Hast du dir hin und wieder schon mal gewünscht, alles essen zu können und trotzdem schlank ohne Sport zu sein? Dann fragst du dich sicher: "Wie werde ich schlank ohne Sport? Wie kann ich.....? - Effektiv abnehmen? - Erfolgreich abnehmen? - Richtig abnehmen? - Schlank und fit werden? - Leicht abnehmen? - Abnehmen ohne Diät? - Fit und gesund bleiben? - Schnell gesund werden? - 10 Kilo abnehmen? - Oder 5 Kilo abnehmen? - Schlank ohne Sport werden? - Noch leichter abnehmen? - Gesund und schlank bleiben? - In kurzer Zeit die Pfunde purzeln lassen? - Noch leichter abnehmen und dann auch weiter schlank und gesund bleiben? Mit der einzigartigen Lach CD ist das Abnehmen leicht gemacht. Du kannst dabei nicht nur erfolgreich abnehmen und schlank werden, du bekommst darüber hinaus auch noch eine faszinierende, betörende Ausstrahlung und Anziehung. Ob du nun 5 Kilo abnehmen möchtest oder 10 Kilo abnehmen möchtest, die Pfunde purzeln dank der sensationellen Wirkung dieser Lach-CD. Wir alle träumen vom Abnehmen ohne Sport, dabei gesund und schlank zu bleiben. Lachen ist gesund! Lachen steckt an! Lachen ist ein elementares...

 [Download Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch La...pdf](#)

 [Online Lesen Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch ...pdf](#)

# **Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden**

*Sigrid Hornstein*

## **Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden** Sigrid Hornstein

Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden

Audio CD

Lachen ist gesund und heilend. Für diese Tatsache braucht das Rad nicht nochmal neu erfunden zu werden! Etliche Forschungen und Studien haben diese Tatsache längst nachgewiesen und belegt. (Quelle: Psychosoziale-Gesundheit/Dr. Volker Faust, Dr. Ruchti CH, Dr. Lee Berk, Wikipedia, Clinical Research 1989/Journal of Behavioral Medicine, Dr. Madan Kataria...u.v.m.) Gesund abnehmen und Spaß dabei haben ist das Motto dieser CD. Verspürst du den Wunsch in dir, Pfunde purzeln zu lassen? Warst du während und nach einer Diät auch schon hin und wieder frustriert? Ist Essen für dich Lebensqualität und Genuss auf den du nur ungerne verzichten möchtest? Bekommst du schlechte Laune wenn alle Klamotten zu eng sind und dir nichts mehr an dir gefällt? Hast du dir hin und wieder schon mal gewünscht, alles essen zu können und trotzdem schlank ohne Sport zu sein? Dann fragst du dich sicher: "Wie werde ich schlank ohne Sport? Wie kann ich.....? - Effektiv abnehmen? - Erfolgreich abnehmen? - Richtig abnehmen? - Schlank und fit werden? - Leicht abnehmen? - Abnehmen ohne Diät? - Fit und gesund bleiben? - Schnell gesund werden? - 10 Kilo abnehmen? - Oder 5 Kilo abnehmen? - Schlank ohne Sport werden? - Noch leichter abnehmen? - Gesund und schlank bleiben? - In kurzer Zeit die Pfunde purzeln lassen? - Noch leichter abnehmen und dann auch weiter schlank und gesund bleiben? Mit der einzigartigen Lach CD ist das Abnehmen leicht gemacht. Du kannst dabei nicht nur erfolgreich abnehmen und schlank werden, du bekommst darüber hinaus auch noch eine faszinierende, betörende Ausstrahlung und Anziehung. Ob du nun 5 Kilo abnehmen möchtest oder 10 Kilo abnehmen möchtest, die Pfunde purzeln dank der sensationellen Wirkung dieser Lach-CD. Wir alle träumen vom Abnehmen ohne Sport, dabei gesund und schlank zu bleiben. Lachen ist gesund! Lachen steckt an! Lachen ist ein elementares...

## **Downloaden und kostenlos lesen Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden Sigrid Hornstein**

---

Einband: Audio CD

Kurzbeschreibung

Lachen ist gesund und heilend. Für diese Tatsache braucht das Rad nicht nochmal neu erfunden zu werden!

Etliche Forschungen und Studien haben diese Tatsache längst nachgewiesen und belegt.

(Quelle: Psychosoziale-Gesundheit/Dr. Volker Faust, Dr. Ruchti CH, Dr. Lee Berk, Wikipedia, Clinical Research 1989/Journal of Behavioral Medicine, Dr. Madan Kataria...u.v.m.)

Gesund abnehmen und Spaß dabei haben ist das Motto dieser CD.

Verspürst du den Wunsch in dir, Pfunde purzeln zu lassen? Warst du während und nach einer Diät auch schon hin und wieder frustriert? Ist Essen für dich Lebensqualität und Genuss auf den du nur ungerne verzichten möchtest? Bekommst du schlechte Laune wenn alle Klamotten zu eng sind und dir nichts mehr an dir gefällt?

Hast du dir hin und wieder schon mal gewünscht, alles essen zu können und trotzdem schlank ohne Sport zu sein? Dann fragst du dich sicher: „Wie werde ich schlank ohne Sport?

Wie kann ich.....?

- Effektiv abnehmen?
- Erfolgreich abnehmen?
- Richtig abnehmen?
- Schlank und fit werden?
- Leicht abnehmen?
- Abnehmen ohne Diät?
- Fit und gesund bleiben?
- Schnell gesund werden?
- 10 Kilo abnehmen?
- Oder 5 Kilo abnehmen?
- Schlank ohne Sport werden?
- Noch leichter abnehmen?
- Gesund und schlank bleiben?
- In kurzer Zeit die Pfunde purzeln lassen?
- Noch leichter abnehmen und dann auch weiter schlank und gesund bleiben?

Mit der einzigartigen Lach CD ist das Abnehmen leicht gemacht. Du kannst dabei nicht nur erfolgreich abnehmen und schlank werden, du bekommst darüber hinaus auch noch eine faszinierende, betörende Ausstrahlung und Anziehung.

Ob du nun 5 Kilo abnehmen möchtest oder 10 Kilo abnehmen möchtest, die Pfunde purzeln dank der sensationellen Wirkung dieser Lach-CD.

Wir alle träumen vom Abnehmen ohne Sport, dabei gesund und schlank zu bleiben.

Lachen ist gesund! Lachen steckt an! Lachen ist ein elementares Basic unseres Urinstinktes ... und man staune, leichter abnehmen geht gar nicht mehr!

Schon eine buddhistische Weisheit besagt "Das Glück kommt zu denen die lachen. Diese Lach CD ist dein Glück und die Antwort auf all deine Fragen, Wünsche und Träume von einem gesunden und schlanken

Körper. Denn es ist wissenschaftlich bewiesen, dass Lachen der größte Fett-Burner ist. 10 min Lachen entspricht 30 min Rudern oder Joggen (Dr. W. Fry).

Das Abnehmen wird leicht gemacht, wenn man sich durch das Lachen auf dieser CD anstecken lässt. Gleich im Anschluss geht es vom herzhaften und vor allem kalorienverbrennenden Lachen in eine angenehme Entspannung. Eine geführte Meditation / Hypnose oder besser gesagt eine wohltuende Tiefenentspannung, wo sich das Unterbewusstsein noch mal ein Stück tiefer auf die positive Wirkung des Lachens einlassen kann und das Schlank werden und Fit und Gesundsein zu fördern und zu stärken.

Lachen ist eine innere Massage für den Verdauungstrakt und die inneren Organe, wie die Leber, Milz, Bauchspeicheldrüse, Nieren und die Adrenalindrüsen. Endorphine werden freigesetzt und das Stresshormon Cortisol vermindert. Zudem strafft Lachen auch die Gesichts-, Bauch-, Becken- und Rückenmuskulatur und lässt einen von innen und außen strahlen. All diese positiven Wirkungen können nun entfaltet werden und man wird endlich schlank ohne Sport zu machen. Das Abnehmen ohne Diät ist ein gesundes Abnehmen und darf mit dieser Lach CD auch Spaß machen und leicht fallen.

Bisher gab es die Möglichkeit sich zu Lach Clubs zu gesellen um sich die heilende und positive Wirkung, gelegentlich zu gönnen. Ohne Zweifel sind diese Zusammenkünfte auch nach wie vor das Beste und Gesundeste was der Mensch sich selbst schenken kann.

Neu ist aber: Die Ergebnisse, die mit dieser einzigartigen CD erzielt werden kann. Die angewandte Technik auf dieser CD lehnt sich an die Forschung und Technik des "Remote Viewing" (entwickelt 1970 in Amerika, zu Spionagezwecken) an.

Während der Mensch lacht, kann er nicht denken!

Durch ein 10 min. tägliches Lachtraining, ganz bequem, von Zuhause aus, wird das Gehirn auf die höchste Stufe abgelenkt und beschäftigt. Die im Anschluss, daran folgende Hypnose/Meditation ermöglicht dann einen schnellen, bisher unbekanntem Weg zum Unterbewusstsein (a.g. Intuition). Es können Bilder vor dem geistigen Auge auftreten, die sehr stark zukunftsweisend sind und somit eine unbekannt Energie als visuelle Kraft genutzt werden kann. Ebenso bei schwierigen Lebenssituationen und schwerwiegenden Entscheidungen, die evtl. anstehen, ist diese Technik einfach nur unfehlbar. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Meine spirituelle Gabe, Dinge und Ereignisse in der Zukunft zu sehen, zeigt sich schon als Kind. Dennoch bin ich über fast 30 Jahre einen sehr konventionellen Weg gegangen (Heirat, zwei Kinder, Hausfrau und Mutter). Mein Gabe lebte ich leise und still im Geheimen weiter. Mit einem Wimpernschlag änderte sich mein Leben und ich verlor einfach alles was mich, besonders in materieller Hinsicht immer gestützt hat. Ich hatte die Wahl mich aufzugeben oder jetzt all das zu Leben, was ohnehin immer in mir gelebt hat. Und so machte ich die Ausbildung zur ILP/NLP-Trainerin, zur Hypnotiseurin, Quantenheilerin und zur zertifizierten Lach-Yoga-Trainerin. Bei allen meinen beruflichen Fort- und Weiterbildungen faszinierte und begeisterte mich die Quantenphysik am aller meisten. Ebenso die Beeinflussung des menschlichen Gehirns und die damit zusammenhängenden Auswirkungen auf die Verhaltensweisen der Menschen hatte mich vollkommen in seinen Bann gezogen. Die daraus gewonnene Erkenntnis gepaart mit angeeignetem Wissen hatte ergeben, dass Körper, Geist und Seele im Einklang miteinander sein müssen. Nur so ist ein harmonisches und glückliches Leben in der Liebe garantiert. Besonders bemerkenswert dabei sind die angeborenen Urinstinkte unserer rollenspezifischen Geschlechter Mann/Frau. Welche einer Überlebensstrategie gleich kommt. In den vielen Jahren meiner Praxistätigkeit drängte sich mehr und mehr eine Frage immer stärker in den Vordergrund: Egal ob es um Heilung, die Liebe, den Erfolg, ging...

Wie bzw. was kann der Mensch für sich selbst tun um in allen Bereichen eine langfristige, positive Veränderung bei sich zu manifestieren, damit eine dauerhafte, positive Lebensveränderung fest in ihm

verankert ist?

Zwei Jahre intensiver Arbeit und täglicher Recherchen ergab die Antwort darauf....

Und um diese Antworten mit Dir zu teilen und auch Du Verbesserungen in Dein Leben ziehen kannst, entstanden meine Werke, die es im Handel zu kaufen gibt.

Download and Read Online Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden Sigrid Hornstein #VBCIDUYR19G

Lesen Sie Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden von Sigrid Hornstein für online ebook  
Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden von Sigrid Hornstein Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen  
Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden von Sigrid Hornstein Bücher online zu lesen.  
Online Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden von Sigrid Hornstein ebook PDF herunterladen  
Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden von Sigrid Hornstein Doc  
Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden von Sigrid Hornstein Mobipocket  
Abnehmen leicht gemacht mit Hilfe der Lach CD: Durch Lachen fit und gesund und vor allem mit Spaß schlank werden von Sigrid Hornstein EPub