

Unsere Themen 2017:	BODY & BEAUTY	SPIRIT & SOUL	FITNESS & FOOD	WELLNESS & TRAVEL
Februar (02.02.17)	Detox für Body & Soul Anti-Schmerz-Guide Fit fürs Frühjahr (Haare & Haut)	Was die Liebe stark macht	Fitness-Trends 2017 Blogger Rezepte	Städte-Trips 2017
März (02.03.17)	Frühjahrmüdigkeit Allergien Schlank ins Frühjahr Gesunder Darm Gesund mit Wasser – Fit ins Frühjahr mit Kneipp (+ Bad-Tipps)	Toller Sex – So klappt´s Was wir von Tieren lernen können	Fit ins Frühjahr: Lauf-Guide Kochen mit Kaffee	Ostern Last Minute Perlen im indischen Ozean
April (06.04.17)	Anti-Stress Tipps Wetterfühligkeit Gesunde Zähne	Lust auf Garten & Balkongestaltung Karriere: Wie viel Job verträgt mein Kind?	Yoga Gesundes Ostern Backen mit Äpfeln	Ibiza oder Mallorca: Was passt zu mir? Golf-Hotels national & international
Mai (04.05.17)	Schwangerschaft Vitamin-Guide Sonnenschutz	Zeit zum Flirten Urlaub? Habe ich jeden Tag – die besten 20 Tipps für meine Wohlfühl-Oase daheim	Bauch, Beine , Po in Bestform – die besten Schlank Tipps Salate Die besten Pasta-Rezepte	Sommerurlaub am Meer: Die Top-Destinationen Kinderurlaub, der auch Eltern Spaß macht
Juni (01.06.17)	Blasenentzündung Augen & Ohren – rundum gesund Frauen- /Männergesundheit Hilfe bei Kopfschmerzen	Persönlichkeit: Was unsere Stimme verrät Heilpflanzen: Gesundheit von der Wiese	Schwimmen Gesünder Grillen	Urlaub beim Bio-Bauern Wellness am See
 Juli (06.07.17)	Die besten Tipps & Tricks für den perfekten Sommer-Body (Monothematische Ausgabe)			
August (03.08.17)	Gesund durch den Sommer Ist mein Herz fit? Nahrungsmittelunverträglichkeit	Fit für den Job! Ideen für Ihren Balkon Die perfekte Küche	Fitness-Trends im Check Kochen aus aller Welt Einkochen/Marmeladen	Städte-Trips im Herbst
September (07.09.17)	Brustkrebs-Spezial Hilfe bei Bauchschmerzen	Hilfe bei Erziehungs-Fragen	Wo trainieren? – Fitnesscenter im Test Die besten Kürbis-Rezepte Alles rund ums Brot	Wandern New York in 3 Tagen
Oktober (05.10.17)	Gesund durch den Herbst : Immunfahrplan Nie mehr Husten (Bronchitis/COPD) Endlich schöne Haare	Gesund & nachhaltig Wohnen Bauchgefühl: Weisen Gefühle den besseren Weg als Logik & Vernunft?	Fitness-Mythen entlarvt Köstliche Suppen	Bali: Das Land der Träume Der City-Check Wellness in Österreich
November (02.11.17)	Neue Hilfe bei Depression Grippe-Impfung: Ja oder Nein? Haut: Pflegetipps für kalte Tage	Die Macht des „Danke“ Der Arzt, der Kinder liebte: Was wir dem Kinderarzt Hans Czermak verdanken	Wintersport-Gym Ernährung nach TCM Gesundes Frühstück	Yoga auf Hawaii: Ein Reisebericht
Dezember (07.12.17)	Gesund & schlank durch den Advent Neue Ergebnisse der Anti-Aging-Forschung Anti-Stress Guide	Mythen und Bräuche rund um Weihnachten Heilende Heiterkeit: Lachen ist die beste Medizin	Frauen-Fitness: Beckenboden-Gymnastik Gesunde Weihnachts-Rezepte	Winterzauber: Wellness neben der Piste Traumurlaub Malediven