

Unsere Themen 2018	BODY & BEAUTY	SPIRIT & SOUL	FITNESS & FOOD	WELLNESS & TRAVEL
Jänner Februar (01.02.18)	Schlank werden & bleiben			City-Trips 2018
März (01.03.18)	Gesund-Check: Wie fit sind Sie wirklich?		Frauen-Spezial: Laufguide für Ladies	
April (05.04.18)	Nie wieder Stress	Die neuen Garten-Trends		
Mai (03.05.18)	Vitamin-Guide: was brauche ich?	Alles neu in Haus & Wohnung: Tipps zum Renovieren		
Juni (07.06.18)	Starker Rücken		Richtig Schwimmen	
Juli /August (05.07.18)	Gesund durch den Sommer			Wellness am See
September (06.09.18)	Brustkrebs Spezial: neue Therapien			
Oktober (04.10.18)	Immunfahrplan			Wanderparadies Österreich
 18.10.18	Schlank und gesund durch den Winter			
November (08.11.18)		Family-Life: Erziehungs-Tipps		Wellness Tipps
Dezember (06.12.18)		Die schönsten Weihnachtsbräuche Sinnvoll schenken		Fernweh: Ab in die Wärme!