

WIE DU  
HITZEWALLUNGEN  
BESEITIGEN KANNST

WIE DU  
OSTEOPOROSE  
VORBEUGEN KANNST

WIE DU  
STIMMUNGSTIEFS  
VERMEIDEN KANNST

---

# DAS GROSSE HORMON YOGA THERAPIE BUCH

Mit Hormon Yoga gesund und entspannt durch die Wechseljahre



MACAMA

MARION NEISES | DR. BIRGIT HAIDER | BABETT MÜLLER