

Gegr. 1981
www.gruenehaus.at

Die PREMIUM-Ausgabe erscheint alle 2 Monate als Printpaper

VERLAG:

Das Grüne Haus, A 2103 Langenzersdorf, Tuttenhofstr. 63, Tel./Fax: +43 2244 29237; verlag@gruenehaus.at www.gruenehaus.at Gültige Anzeigenpreisliste vom Januar 2013

REDAKTION:

redaktion@gruenehaus.at
Chefredakteur & Herausgeber: Dieter Altermiller
Reise: Hilde Stepan
Wohlbefinden: Prof. Hademar Bankhofer; www.prof.bankhofer.at
Besser Leben: Wolf D. Hoyer, Ing. Helmut Poigner
Fotoagentur: Shutterstock.com

Online-Redaktion: ClausiWorks, webmaster@gruenehaus.at

ABONNEMENT:

Verlag Das Grüne Haus, 2103 Langenzersdorf, Tuttenhofstr. 63 verlag@gruenehaus.at
ABO endet OHNE KÜNDIGUNG! Verlängerung durch neuerliche Einzahlung!

GESAMTHERSTELLER:

NÖ Pressehaus, Druck- und Verlagsges.m.b.H., 3100 St. Pölten, Gutenbergstr. 12
Erstellt auf Apple® mit Adobe InDesign CS®

BANKVERBINDUNG: Raika Raabs, IBAN: AT823212700000006411

BIC: RLNWATW1127

P.b.b. Erscheinungsort Langenzersdorf, Verlagspostamt 2103 Langenzersdorf, Nr. GZ 02Z030807 M

AD Medien
Verlag Dieter Altermiller



sieben
gesundheits
welten

VBV

Vital Buch Verlag



Scannen und mit dem Handy direkt ins Internet auf www.gruenehaus.at

FÜR IHRE LEBENSFREUDE IN DIESEM HEFT

Impressum	2
Ostern mit der Familie	3
Fasten mit Bier	4
Ganzheitliches Fasten für Körper und Geist nach Hildegard von Bingen	4
Natürlich Schlanke – Essen, wenn der Hunger kommt	5
Gesunde Knochen dank gesundem Lebensstil	6
Entgiftung durch Ölziehen	6
Dolomiti Super Sun bringt Familien mit 7:6 in Führung	8
Gesund schlafen mit Ayurveda im Hotel Larimar	10
Sky Spa hoch über den Wipfeln des Bayerischen Waldes	12
Familienurlaub in den Weinbergen	13
SCHNACKSELN WIE EIN ECHTER WIENER!	
Wien schnackelt anders! Aus genau diesem Grund gibt es dieses stadtbekanntes Bücherl, voll mit Wissenswertem, Nützlichem, Unnützem, Witzigem und Skandalösem über Wiens Lust- und Liebesleben. Welche Speisen machen geil? Wo haben Masochisten Freiluftsex? Wo treffen sich Verliebte? Welche pikanten G'schichterln belustigten das alte Wien? Und was zum Teufel ist der famos besungene Tschurifetzn? Die Antworten liefert SCHNACKSELN WIE EIN ECHTER WIENER - unverzichtbar für alle, denen Wien und Erotik nicht wurscht sind! www.holzbaumverlag.at/schnackseln Stadtbekannt.at: SCHNACKSELN WIE EIN ECHTER WIENER, 128 Seiten, EUR 12,99 Überall wo es Bücher gibt und auf holzbaumverlag.at !	
Märchenhaft: Sommer im Guglwald	14
Der guten alten Zeit auf der Spur	16
Auf dem Weg zur eigenen Mitte in den Eisacktaler Dolomiten	17
 Hilde Stepan: Lust auf Winterurlaub in Kärnten?	18
 Gesund & Glücklich mit Prof. Bankhofer Bankhofer im OE24 TV / So gesund ist das Tanzen	20
 Schmerzfrei mit Dr. Thomas Schwingenschögl Ein schöner Rücken kann entzücken – aber leider auch sehr schmerzen	23
Eines der größten und schönsten Heilbäder Ungarns liegt in Bad Bük	25
Neue Top-Behandlungen: Kindermassagen und Magnesiumbäder	26

Festivals für Familienb am größten Thermalsee der Welt	27
riverresort Donauschlinge: „Voller Elan ins neue Jahr“	28
Schenkt Ihnen frische Kraft: Ein Fitnesswochenende auf dem bayerischen Gut Edermann	29
Sonnenskilauf „X-Large“ am Hintertuxer Gletscher	30
55.000 m² voll trendiger Wohnträume	31



Am 15. März öffnet der ultimative Tempel für Bierfreunde – das Schweizerhaus im Wiener Prater – nach der Winterpause wieder seine Pforten! Prost!

Diese Ausgabe enthält bezahlte Produktplatzierungen:
Bi-Oil gegen Narben / Bullrich: Energie + Ausgleich / Litomove für mehr Beweglichkeit im Alltag! / boso macht das Smartphone zum Blutdruck-coach! / Hustenbonbons von Kaiser: Zitronenmelisse / Osolio fit 4 life

Ihr nächstes **Das Grüne Haus Premium**, erscheint am **9. April 2018**

Beim Fach-Zeitschriftenhändler mit dem Blauen Globus bestellen Sie Ihr Gesundheitsmagazin **Grüne Haus**



Das große Glück des schöner Lebens