



woman
gesund
 AKTIV. SCHLANK. FIT. AUSGEGLICHTEN.

Mich kannst du gewinnen!
GEWINNSPIEL
COOLES BMX-KINDERFAHRRAD!
 Aktuelle Studien zufolge verbringen Kinder zwischen 6 und 10 Jahren bis zu 28 Stunden pro Woche vor Fernseher, Spielkonsole oder Computer. Holen Sie Ihre Kids doch vom Bildschirm weg – Fahrradfahren ist jetzt im Frühjahr die ideale Alternative! Wir verlosen ein trendiges **BMX-Rad** für Kinder zwischen 6 und 8 Jahren. Das Bike der dänischen Firma *Winther* wurde speziell für das Kindermodell *name it* designt. Um zu gewinnen, schicken Sie eine Mail mit dem Betreff „Name it“ an: gewinn@win.woman.at
 Einsendeschluss: 17. März 2011. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

LUFTIGE SCHÖNHEIT
PEELING MAL ANDERS.
 Mit Ultraschallgeschwindigkeit zu jugendlicher Haut – das verspricht die neue JetPeel-Methode. Ein mithilfe eines Wasserlufte Gemisches abstrahlbares Meufellenstrahl. Das Ergebnis: eine reine und gut durchblutete Oberfläche. Eine Behandlung dauert ab € 150,-. Weitere Infos unter: www.jetpeel.com

GEFÄHRLICH.
 Um sich fit zu halten, schlägt Anne Hathaway auch mal zu.

STAR-TIPP
 Vor dieser Frau sollten Sie sich in Acht nehmen. Schauspielerin **Anne Hathaway**, 28, hält sich mit Kung-Fu fit. „Seitdem ich für die Rolle einer Superagentin in dem Film *Get Smart* Kung-Fu-Einheiten absolvieren musste, habe ich Gefallen an dem Sport gefunden. Ich trainiere weiterhin, sooft es geht“, erzählt die diesjährige Moderatorin der Oscars.

JA, BITTE
 Vitaminen
 Stress ist ein unbeliebter Gast im Alban-Meditation lässt uns zur Ruhe kommen und neue Energien tanken. In Wien können Sie am 27. 3. die Kunst der Meditation direkt von einer buddhistischen Nonne lernen. Infos und Anmeldung unter: www.buddha.at

NEIN, DANKE
 Stress ist ein unbeliebter Gast im Alban-Meditation lässt uns zur Ruhe kommen und neue Energien tanken. In Wien können Sie am 27. 3. die Kunst der Meditation direkt von einer buddhistischen Nonne lernen. Infos und Anmeldung unter: www.buddha.at

MEDIZIN-BOX
 Wie man sich bettet, so liegt man. Besonders **Kissen** spielen eine große Rolle für erholsamen Schlaf. Das *MyFace*-Kissen von Hefel z. B. ist nicht nur bequem, es soll uns sogar schöner machen. Die spezielle Form verhindert unschöne Abdrücke im Gesicht, und auch Schlafalben gehören der Vergangenheit an. Erhältlich im Fachhandel ab € 49,90.