

JOHANNES HUBER
ALFRED WORM

**Länger leben
später altern**

3. Auflage



2000

**VERLAG WILHELM MAUDRICH
WIEN – MÜNCHEN – BERN**

613.98

Inhalt

Länger Leben – eine Vision!	1
1 Vorbemerkungen übers Leben	17
2 Unser Kampf gegen die Radikale	37
3 Sportler leben mit Radikalen	53
4 Hormone für und gegen das Altern	63
5 Ewiges Mysterium Schönheit	97
6 Auch Männer werden älter ...	127
7 Anleitungen zum Längerleben	145
8 Was tun, wenn die Hormone fehlen?	219
9 Das Dinner-Cancelling-Konzept	285
10 Idealer Sport gegen Radikale	305
Ein gesunder Geist ...	333
Wenn Sie einen Begriff suchen ...	345