

196. K...
196. K...
196. K...

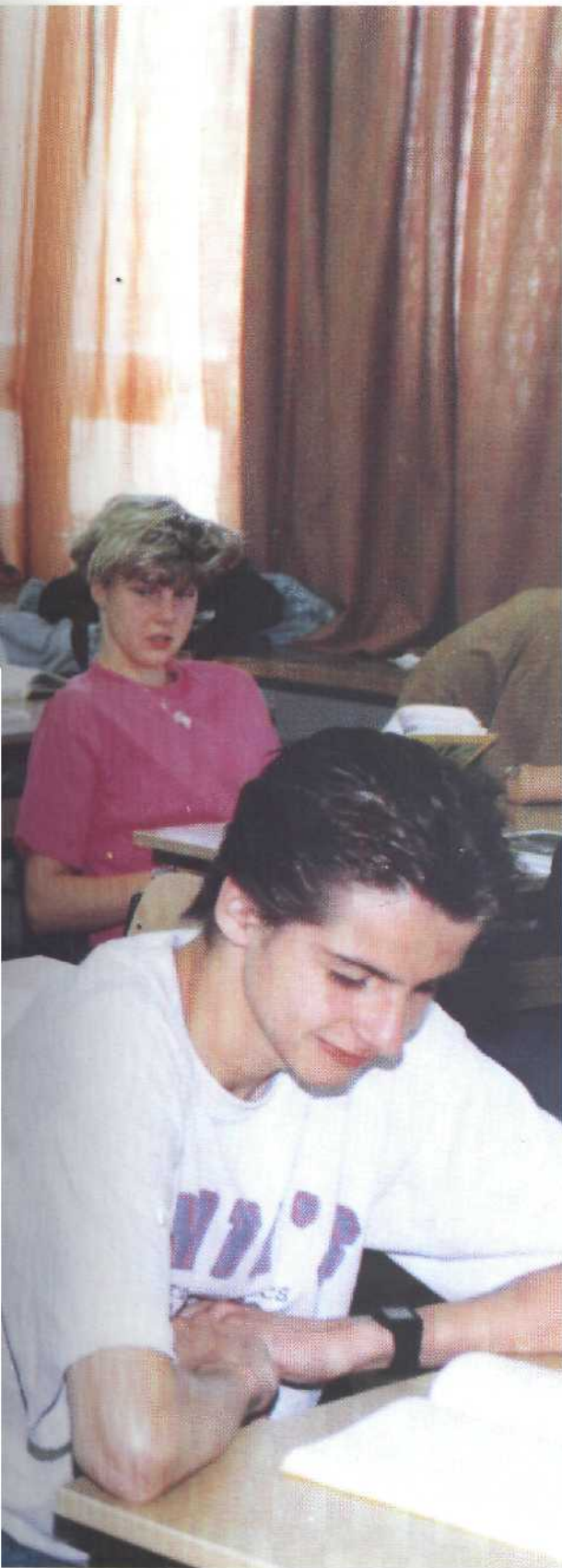
Fit mit FRANZI

Herausgegeben von
Carsten Klemann

SPORT
VERLAG



580936



Inhalt

Einleitung _____	6
Sport und Fitneß _____	12
Bodystyling mit Franzi _____	28
Ernährung und Gesundheit ____	55
Haut, Haar und Kosmetik _____	71
Ruhe und Besinnung _____	86