

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 62 (2005)
Heft: 10: Wunderbarer Bambus

Rubrik: Impressum

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 30.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Tageskurse «Fit in den Winter»

Wenn es draussen kalt und in den Räumen (zu) trocken ist, wenn uns Nässe, Kälte, Schnee und Nebel herausfordern, dann müssen wir uns oft geschlagen geben. Erkältungen, Schnupfen, grippale Infekte, Gemütsverstimmungen – jeder hat seine Schwachpunkte, die ihm im Winter auf irgendeine Weise zu schaffen machen.

Im Tageskurs «Fit in den Winter» vermitteln Ihnen die Fachleute von A.Vogel, wie Sie Ihr Immunsystem stärken können. Zwar stellt die kalte Jahreszeit unsere Abwehrkräfte auf eine harte Probe, doch sie bietet auch ruhige und besinnliche Momente. Es kommt darauf an, dass wir unseren Körper pflegen und uns richtig, mit vitaminreicher und leichter Kost, ernähren.

Wichtig ist, dass wir uns den unterschiedlichen Bedingungen der kalten Jahreszeit anpassen lernen und die kör-

pereigenen Abwehrkräfte bestmöglich trainieren und aufbauen.

Wie das geschehen soll, welche Pflanzen-Tinkturen uns helfen, eine Erkältung oder einen unangenehmen Schnupfen in den Griff zu bekommen, welche Wickel stärken und welche Nahrungsmittel einen positiven Einfluss besitzen – all das erfahren Sie an diesem einmaligen Tageskurs. Inbegriffen ist eine saisongerechte Ernährung.



Kurse finden am 15. und 30. November 2005 in Teufen statt.

Zeit: 9 Uhr 30 bis etwa 16 Uhr 30

Preis: CHF 180.–

Preis für Mitglieder des A.Vogel Aktiv-Clubs: CHF 150.–

Auskünfte und Anmeldung: Remo Vetter
E-Mail: r.vetter@avogel-aktivclub.ch

Tel. (0041) (0)71 335 66 11

Impressum

A. Vogel Gesundheits-Nachrichten
Natürlich gesund leben
Oktober 2005, 62. Jahrgang
Erscheint 11-mal im Jahr

Redaktionsadresse
Verlag A.Vogel AG,
Hätschen, Postfach 63
CH-9053 Teufen
Telefon (0041) (0)71 335 66 66,
E-Mail: info@verlag-avogel.ch

Internet
www.avogel.ch
www.g-n.ch

Herausgeberin
Denise Vogel

Chefredaktion
Dr. rer.nat. Claudia Rawer (CR)
c.rawer@verlag-avogel.ch

Stellvertretung:
Clemens Umbricht (CU)
c.umbricht@verlag-avogel.ch

Mitarbeiter dieser Ausgabe
Maria Habich
Petra Horat Gutmann
Ingrid Zehnder
Adrian Zeller

Copyright
by Verlag A.Vogel AG

Satz, Lithos
Seelitho AG, Stachen

Fotos
Adpic, AT Verlag, Bambusland AG
Christian Verlag, Getty Images
Prisma, Stockfood
Ammann + Siebrecht
Bioforce (B. Blum, A. Ryser,
G. Langerl), T. Enz
W. Jost, Rheumaliga Schweiz
Dr. R. Spohn, H. Suter
Völkerkundemuseum der
Universität Zürich

Druck
Zollikofer AG, St. Gallen

Papier
Chlorfrei gebleicht

Jahresabonnement
Schweiz: Fr. 33.80 inkl. MwSt.–
EU: Euro 22.–
übriges Europa: CHF 38.–
Naher Osten, Nordafrika:
CHF 45.– / Euro 30.50
übrige Länder:
CHF 48.– / Euro 32.50

Einzelheft
CHF 4.90 / Euro 3.15

Anzeigen
Cornelia Huber
Telefon 071 335 66 70
c.huber@verlag-avogel.ch

Abonnements
Verlag A.Vogel AG
Hätschen, Postfach 63
CH-9053 Teufen
Telefon (0041) (0)71 335 66 55
Fax (0041) (0)71 335 66 88

Verlag A. Vogel Konstanz
Telefon 075 33 40 35
verlag-avogel@t-online.de

Abonnementszahlungen
Mit beilieg. Einzahlungsschein:

In der Schweiz:
Postscheckkonto Nr. 90-7440-5
Verlag A.Vogel AG, 9053 Teufen
CREDIT SUISSE St.Gallen
Konto-Nr. 539-420524-71
Verlag A. Vogel AG, 9053 Teufen

In Deutschland:
Postbank D-76127 Karlsruhe
Konto-Nr. 007 008 275 6
BLZ 66 010 075
IBAN DE40 6601 0075 0070 0827 56
Verlag A.Vogel AG
CH-9053 Teufen

In Österreich:
Raiffeisenbank A-6800 Feldkirch
Konto-Nr. 2.040.194
BLZ 37 422
Verlag A. Vogel AG
CH-9053 Teufen

Übriges Ausland:
Bankscheck, ausgestellt auf:
Verlag A.Vogel AG
CH-9053 Teufen