



**DASS SCHÖNHEIT  
VERGÄNGLICH IST, IST AB  
JETZT VERGANGENHEIT.**

Mit **MARIA GALLAND** bleibt Ihre Haut dauerhaft schön. Damit sie ihre perfekte Ausstrahlung behält, braucht sie eine **INDIVIDUELL ABGESTIMMTE PFLEGE** und Behandlung. Welche, erfahren Sie von Ihrer **MARIA GALLAND-FACHKOSMETIKERIN**. Informationen unter Tel. 00800 64255263 (gebührenfrei) oder [www.maria-galland.com](http://www.maria-galland.com)

**MARIA  
GALLAND**  
PARIS

Liebe Leserinnen und Leser,

diese Herbst-/Winterausgabe steht ganz unter dem Zeichen purer Genuss. So widmen wir uns in dieser Ausgabe appetitanregend den lukullischen Genüssen. Unter dem Motto „Gourmet“ haben wir für Sie einige ganz besondere Adressen in der Schweiz, in Südtirol, Österreich und Deutschland aufgestöbert, in denen man sich kulinarisch wunderbar verwöhnen lassen oder sich auch die Tipps & Tricks der Küchenmeister bei einem Kochkurs in kleinem Kreis anschauen kann. Dies sind allesamt sehr charmante Hotels mit mehrfach ausgezeichneter Küche und hervorragendem Service. Zusätzlich zu diesen außergewöhnlichen Gourmet-Hotels stellen wir Ihnen ausgesuchte Adressen für Schokolade und Wein vor – lassen Sie sich überraschen.



Damit Sie das herbst- und winterliche Naturerlebnis gesund und leger genießen können, sollten Sie unbedingt die neue FitWear Winterkollektion ausprobieren. Ob Superblizz, Blizz, Hyka, Dash oder Hooper Boot – alle Modelle sind federleicht, ausgesprochen bequem und mollig warm. Und Ihre Untensilien verstauen Sie am besten in einem der wunderbaren Healthy Back Bags.

Auch in puncto Wellness werden alle Sinne berührt: Mit einer Aromatherapie sprechen Sie nicht nur Ihre Seele an, sondern tun auch Ihrer Gesundheit etwas Gutes. Darüber hinaus stellen wir Ihnen exklusive Wellnessadressen und SPA's vor, in denen Sie herrlich die Seele baumeln lassen und dem Alltag entfliehen können. Nicht zu vergessen: Unsere Beauty-Tipps.

Viel Spaß beim Lesen & sinnliche Stunden wünscht Ihnen das Relaxed-Redaktionsteam!

Herzlichst,

Ihre Sonja Lulutzki

## Inhalt

LUKULLISCHE GENÜSSE 4-25



FITWEAR – GUT, GENIAL, BESSER 26

HEALTHY BACK BAG 28



WINTER WELLNESS – pure Sinnlichkeit 30-35

AROMA THERAPIE 36

Relaxed Beauty Tipps 38-41



Winter-Quiz – Traumurlaub zu gewinnen 42