

## **Neuerscheinung:**

Taschenbuch, 116 Seiten, ISBN 978-3-7375-9168-3, von Alex Trautmann

# **«Natürliche Testosteron-Steigerung»**

*Was mein Buch Ihnen bietet*

Inhalt kurz zusammengefasst:

- Vermeiden Sie die 15 häufigsten Testosteron-Schädiger (aus den Bereichen Ernährung, Lebensgewohnheiten, Umwelt, etc.)
- Stellen Sie die 5 Säulen jeder wirksamen Testosteron-Steigerung sicher
- Erfahren Sie, welche 7 Nährstoffe (Vitamine und Mineralien) Ihr Körper für die Testosteron-Produktion braucht – und wie Sie sie am einfachsten abdecken
- Steigern Sie Ihr Testosteron mit Pflanzenwirkstoffen – speziell:
  - 4 pflanzliche Testosteron-Booster mit extra starker Wirkung
  - 5 pflanzliche Testosteron-Booster gegen Testosteron-Mangel
- Fahren Sie Ihr Testosteron hoch mit Krafttraining:
  - Trainingsplanung für mehr Testosteron mit 4 Stunden Trainingsaufwand pro Woche
  - 7 Verbundübungen für den maximalen Testosteron-Schub
- Machen Sie sich schlau über die mentalen und psychologischen Faktoren der Testosteron-Hemmung, bzw. der Testosteron-Steigerung

Dadurch erreichen Sie eine systematische Testosteron-Steigerung in einfachen, machbaren Schritten. Bestellen Sie jetzt mein Buch unter:

[www.mensworld24.com/natuerliche-testosteron-steigerung-buch/](http://www.mensworld24.com/natuerliche-testosteron-steigerung-buch/)