

DAS Inge & Matthias Steiner

**STEINER
PRINZIP**

Danke an Dr. Bernd Dörr, Freund der Familie, Sportmediziner und Leibarzt von Matthias während seiner aktiven Zeit als Gewichtheber, und an Dr. Matthias Frank, den „Papst“ unter den Diabetologen und „Blutsbruder“, fürs Gegenlesen der medizinischen Inhalte.

Danke an unsere Eltern, dass sie uns mit viel Liebe und intuitiv mit dem richtigen Ess- und Bewegungsverhalten großgezogen haben.

DAS Inge & Matthias Steiner
**STEINER
PRINZIP**

**Erfolgreich abnehmen
ohne Hungern!**

Vom Schwergewicht



zum Wohlfühl-Ich















