



Mit PZ-Card 1.49

1.99

Deutschland Fan-Tasche

Textil-Vliestasche mit kurzen Henkeln in schwarz-rot-gold. 43,5 cm hoch und 38,5 cm breit.



9.90

Kaffeebecher Fußball

Endlich kann man zwei der schönsten Dinge miteinander verbinden, Kaffee trinken und Sport. Während man sich das leckere Getränk noch auf der Zunge zergehen lässt, können bspw. Fußball Fans das Tor des Monats schießen oder Golf Liebhaber ihr Handicap verbessern.



6.95

Umfang Fußballfahne

Umfang Fußballfahne „Deutschland“. Einfach die Arme in die Schlaufen stecken und als wandelnde Deutschlandfahne unsere Nationalmannschaft unterstützen. Maße: 90 x 150 Zentimeter.



2.99

Wünsche aus vollem Herzen

Dieses liebevoll gestaltete und hochwertig veredelte Geschenkbuch enthält fröhliche, traurige, lustige, motivierende oder mutmachende Botschaften und Zitate in Verbindung mit stimmungsvollen Bildern. So wird dieses Buch zu einem schönen Geschenk zu vielen Anlässen - inklusive Musik-CD mit stimmungsvollen Melodien.



2.99

Viel Glück

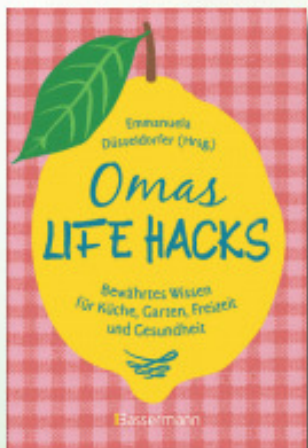
Dieses liebevoll gestaltete und hochwertig veredelte Geschenkbuch enthält fröhliche, traurige, lustige, motivierende oder mutmachende Botschaften und Zitate in Verbindung mit stimmungsvollen Bildern. So wird dieses Buch zu einem schönen Geschenk zu vielen Anlässen - inklusive Musik-CD mit stimmungsvollen Melodien.



2.99

Ein Lächeln schenk ich dir

Dieses liebevoll gestaltete und hochwertig veredelte Geschenkbuch enthält fröhliche, traurige, lustige, motivierende oder mutmachende Botschaften und Zitate in Verbindung mit stimmungsvollen Bildern. So wird dieses Buch zu einem schönen Geschenk zu vielen Anlässen - inklusive Musik-CD mit stimmungsvollen Melodien.



5.00

Omas Life Hacks

Wer kennt sie nicht, die kleinen und mittleren Katastrophen im Haushalt: Teeflecken auf der weißen Bluse, eine verschmutzte Spüle in der Küche oder verkalkte Wände und Armaturen in der Dusche. Dieses Buch enthält jede Menge Tipps, wie man solche und viele andere Situationen einfach und umweltfreundlich bewältigen kann. Großmutter's altbewährte Hausmittel stellen ihre Nützlichkeit unter Beweis und helfen auch noch dabei, bares Geld zu sparen.



2.99

Backen - Kuchen für die Seele

Wenn säuerliche Beeren auf süßen Baiser treffen oder leckeres Obst auf einer luftigen Creme platziert wird: Wer kann da schon widerstehen? Hier kommt Seelenfutter aus dem Ofen! Backen Sie wundervolle Kuchen und Torten, die für jede Menge Glücksmomente und wohligen Genuss sorgen. Unter den vielen traumhaften Rezeptideen von Schichtorten bis zu beliebten Cheesecakes findet jeder seinen Lieblingskuchen.



4.99

Rezepte für jeden Tag

Oft hat man das Gefühl, dass die Zeit zum Kochen fehlt. Das wollen wir ändern! Die meisten der 58 köstlichen Hauptgerichte dieses Buches stehen in maximal 30 Minuten fix und fertig auf dem Tisch. Schneller geht es wirklich nicht! Die restlichen Rezepte benötigen maximal 30 Minuten aktive Zubereitungszeit - den Rest erledigen Herd oder Ofen von ganz alleine.



9.99

Bluthochdruck senken ohne Medikamente

Auch ohne die tägliche Einnahme von Medikamenten kann jeder viel dazu beitragen, die eigenen Werte zu verbessern. In diesem Buch werden der beste Schutz und die beste Behandlung ohne Medikamente beschrieben - mit einem auf Bewegung und gesunder Ernährung basierenden Erfolgsprogramm, das Ihren Blutdruck dauerhaft senkt.



6.95

Allergien

Sowohl das Erkennen des Auslösers als auch die Behandlung einer allergischen Erkrankung ist oft eine sehr viel Geduld erfordernde Aufgabe. Dabei haben Betroffene mit der richtigen Therapie Erfolgsraten bis zu 80 Prozent. Dieser Ratgeber bietet außerdem noch Informationen über die Auslöser für Heuschnupfen, Asthma, Neurodermitis & Co.



je 1.99

Kleiner Einstiegskurs YogaPilates + Nordic Walking

Yoga und Pilates sowie Nordic Walking sind ideale Partner. Die Kombinationsübungen aus diesen beiden Bereichen haben eine großartige Wirkung auf Körper und Geist. Hier erfahren Sie, welche Übungen für den Trainingsbeginn wichtig sind und wie die verschiedenen Körperbereiche am besten trainiert werden. Dieser kleine Einstiegskurs eignet sich für motivierte Anfänger ebenso wie für Sportmuffel.



KundenService
 der Pirmasenser Zeitung
 Schachenstraße 1, Pirmasens

Mo.-Mi. und Fr. von 8 bis 16 Uhr geöffnet
 Donnerstag von 8 bis 17.30 Uhr

Postversand
 unter Bestellhotline
 06331/8005-22

Mit der



... mehr
 für mich!