

Christians

Leute Heute

facebook.com/rominasleuteheute

instagram.com/csinemus

c.sinemus@heute.at



Probier's nie mit Gemütlichkeit



Slaven Stekovic,
Ernst Minar (r.)



Arabella Kiesbauer,
Alfons Haider

Keine Chance für faule Ausreden bei der Buchpräsentation von „John Harris“-Boss **Ernst Minar** und Bestsellerautor und Molekularbiologe **Slaven Stekovic** (33). In „Lebensmotor Bewegung“ wird der Körper-Code des Menschen erklärt. „Das beste Medikament, um gesund zu bleiben, ist Bewegung“, so Minar. Den Anwesenden brauchte man das nicht zwei Mal zu sagen, die sind alle topfit. „Ich gehe immer die Stiegen bis in den sechsten Stock hinauf“, outet sich **Alfons Haider** (64) als Liftverweigerer. Moderatorin **Arabella Kiesbauer** (52) hat einen Personal Trainer. Und Sänger **Cesár Sampson** (38)? Trainiert vier Mal die Woche – bewundernswert!