


TRIAS TOP 100 Ratgeber

Zeitraum: 01.01.2026 - 30.06.2026



Rang	ISBN	Kurztitel	LP (D)	Novadatum
1	9783432120652	Orfanos-Boeckel, Nährstoff- & Hormontherapie - Präventions-Leitf.	34,00 €	15.10.2025
2	9783432121529	Schelle, Hormonbauch	20,00 €	18.03.2026
3	9783432114965	Orfanos-Boeckel, Nährstoff-Therapie	28,00 €	12.01.2022
4	9783432118284	Orfanos-Boeckel, Nährstoff-Therapie - der Praxisleitfaden	22,00 €	04.10.2023
5	9783432121109	Pocol, Das einfachste Keto-Kochbuch aller Zeiten	19,00 €	18.02.2026
6	9783432111285	Worm, Die 4-Wochen-Kur gegen Fettleber	18,00 €	08.05.2019
7	9783432107820	Worm, Leberfasten nach Dr. Worm	24,00 €	25.04.2018
8	9783432115931	Buchinger, Buchinger Heilfasten	17,00 €	08.06.2022
9	9783432121642	Orzech, Longevity-Ernährung	22,00 €	18.02.2026
10	9783432109107	Larsen, Gut zu Fuß ein Leben lang	22,00 €	06.02.2019
11	9783432121888	Riesenfeld, Die beste Ernährung für deine Schilddrüse	24,00 €	17.06.2026
12	9783432114880	Müller, Diabetes-Ampel	12,00 €	04.08.2021
13	9783432119816	Burzler, Epigenetik-Coaching erlernen & gezielt anwenden	36,00 €	18.02.2026
14	9783432111544	Müller, Gicht-Ampel	12,00 €	08.04.2020
15	9783432121765	Bartrow, Der kleine Coach für Ischias und ISG	20,00 €	18.03.2026
16	9783432116464	Gautschi, Triggerpunkte & Faszien	34,00 €	04.05.2022
17	9783432120713	Könings, Medical Training: Neurozentriertes Training	39,00 €	15.04.2026
18	9783432118994	Iburg, Das einfachste Cholesterin-Kochbuch aller Zeiten	22,00 €	02.10.2024
19	9783432119618	Fiedler, Expertenwissen: SIBO & Reizdarm	26,00 €	01.10.2025
20	9783432119557	Skoglund, Mädchen und Frauen mit ADHS	24,00 €	12.02.2025
21	9783432118055	Hillebrecht, Akupressur - Das große Praxisbuch	22,00 €	04.10.2023
22	9783432119717	Trebuth, Handbuch TCM-Ernährung	42,00 €	21.05.2025
23	9783432115696	Krug, Hormoncoaching erlernen & gezielt anwenden	26,00 €	07.06.2023
24	9783432118499	Niemann, Medical Cooking: Antientzündliche Ernährung	24,00 €	10.04.2024
25	9783432119571	Iburg, Die einfachste Haferkur aller Zeiten	18,00 €	15.01.2025
26	9783432121314	Precht, Der Burnout-Notfallkoffer	20,00 €	15.04.2026
27	9783432120782	Oltersdorf, Medical Cooking: Nordic Diet	28,00 €	03.09.2025
28	9783432118611	Börsteken, Köstlich essen Nierenerkrankungen	25,00 €	07.08.2024
29	9783432119519	Hippler, Meine Entdeckungsreise durch das Autismus-Spektrum	24,00 €	12.02.2025
30	9783432118161	Heinze, Die beste Ernährung bei Endometriose	24,00 €	10.04.2024
31	9783432119595	Snowdon, Das einfachste Leberfasten aller Zeiten	18,00 €	15.01.2025
32	9783432116556	Reschreiter, Das einfachste TCM-Kochbuch aller Zeiten	22,00 €	08.02.2023
33	9783432105512	Clark, Das große Yin-Yoga-Buch	30,00 €	13.06.2018
34	9783432115153	Wacker, Das einfachste Basenfasten-Buch aller Zeiten	17,00 €	12.01.2022
35	9783432119359	Hoppe, Therapieleitfaden SIBO	30,00 €	15.01.2025
36	9783432120416	Schmiedel, Cholesterin - Endlich Klartext	18,00 €	01.10.2025
37	9783432121376	Ede, Keto-Power fürs Gehirn	39,00 €	13.05.2026
38	9783432121437	Kleine-Gunk, Longevity-Coaching erlernen und gezielt anwenden	34,00 €	13.05.2026
39	9783432119854	Malteser AG, Natürlich und sicher - Das Praxisbuch	24,00 €	18.03.2026
40	9783432111049	Reddemann, Trauma verstehen, bearbeiten, überwinden	22,00 €	05.02.2020
41	9783432115887	Burgerstein, Burgerstein Handbuch Nährstoffe	55,00 €	08.02.2023
42	9783432120621	Heller, Das einfachste High-Protein-Kochbuch aller Zeiten	19,00 €	03.09.2025
43	9783432119731	Raab, Gut essen Adipositas-OP	23,00 €	15.01.2025
44	9783432116006	Jopp, Risikofaktor Vitaminmangel	22,00 €	10.01.2024
45	9783432109794	Attwood, Leben mit dem Asperger-Syndrom	34,00 €	06.03.2019
46	9783432119441	Raab, Köstlich essen Reflux und Sodbrennen	23,00 €	16.07.2025
47	9783432118635	Müller, Die 50 besten Entzündungs-Killer	12,00 €	12.06.2024
48	9783432114309	Liesner, Der kleine Beckenboden-Coach	17,00 €	08.06.2022
49	9783432117645	Molderings, Die systemische Mastzellerkrankung	26,00 €	02.08.2023
50	9783432121826	Jakobs, Paartherapie auf der eigenen Couch	22,00 €	18.03.2026

Quelle: Superknack 01.07.2026 lzh

Rang	ISBN	Kurztitel 	LP (D)	Novadatum
51	9783432120201	Müssig, Warnsignal hoher Blutzucker	22,00 €	01.10.2025
52	9783432120737	Köhler, Der kleine Diabetes-Coach	20,00 €	15.04.2026
53	9783432121192	Himmelbauer, Kinder im Autismus-Spektrum durch Spielen fördern	24,00 €	15.04.2026
54	9783432114385	Schulze, Der kleine Coach für das Lymphsystem	17,00 €	08.12.2021
55	9783432114781	Dreier, Das einfachste Ayurveda-Kochbuch aller Zeiten	22,00 €	12.01.2022
56	9783432116853	Seethaler, Medical Cooking: Mediterrane Ernährung	26,00 €	05.04.2023
57	9783432118185	Iburg, Das einfachste Diabetes-Kochbuch aller Zeiten	23,00 €	10.01.2024
58	9783432120355	Bildon, Rosacea	22,00 €	05.11.2025
59	9783432110189	Scholl, Diabetes zurück auf Null	26,00 €	05.10.2022
60	9783432121048	Winter, Komm, das schaffst Du!	24,00 €	14.01.2026
61	9783432115979	Gätjen, Lotta lernt essen	19,00 €	19.10.2022
62	9783432116532	Cheyette, Der einfachste Kalorienzähler für Diabetiker	17,00 €	03.08.2022
63	9783432119915	Rieber, Scheinfasten - das 5-Tage-Programm	18,00 €	15.01.2025
64	9783432111001	Larsen, Spiraldynamik® - schmerzfrei und beweglich	30,00 €	05.02.2020
65	9783432114699	Stern, Die Heilkraft der Pflanzenknospen	17,00 €	12.01.2022
66	9783432114293	Keuthage, Die Haferkur für einen gesunden Stoffwechsel	20,00 €	06.10.2021
67	9783432118833	Müller, Die 50 besten Arthrose-Killer	12,00 €	06.03.2024
68	9783432113975	Biller-Nagel, Gut essen - Morbus Crohn & Colitis ulcerosa	25,00 €	10.02.2021
69	9783432115535	Danz, TCM-Ernährung für die Wechseljahre	20,00 €	17.08.2022
70	9783432121611	Heinze, Endometriose - Das Selbsthilfebuch	26,00 €	15.04.2026
71	9783432120539	Lämmerhirt, Medical Cooking: Gesunde Haut	28,00 €	13.05.2026
72	9783432121154	Schäfer, Der kleine Schwangerschafts-Coach	20,00 €	15.04.2026
73	9783432120959	Bartig-Prang, Autogene Geburt	18,00 €	14.01.2026
74	9783432114224	Trenkwalder, Expertenwissen: Parkinson	26,00 €	09.04.2025
75	9783432116013	Moll, Suppenfasten nach Moll	17,00 €	08.06.2022
76	9783432118116	Diessner, Die beste Ernährung für schmerzfreie Gelenke	24,00 €	07.02.2024
77	9783432114866	Lübke, Kochbuch Diabetes Typ 2	23,00 €	06.10.2021
78	9783432116037	Müller, Cholesterin- und Fett-Ampel	12,00 €	03.08.2022
79	9783432116167	Smolka, Die Buteyko-Atmung	22,00 €	08.06.2022
80	9783432120294	Hagmann, Aus der Praxis eines Kinderorthopäden	24,00 €	10.12.2025
81	9783432120980	Junike, Naturheilpraxis Migräne	22,00 €	15.04.2026
82	9783432118574	Nibel, Neurogenes Zittern	22,00 €	10.07.2024
83	9783432118093	Hess, Schmerzfrei & beweglich mit dem neuen Kniegelenk	20,00 €	21.02.2024
84	9783432120324	Ahmadi-Simab, Expertenwissen: Rheuma	26,00 €	01.10.2025
85	9783432117256	Precht, Der Trauma-Notfallkoffer	22,00 €	05.04.2023
86	9783432117102	Raab, Richtig einkaufen Adipositas-OP	15,00 €	11.01.2023
87	9783432112275	Rauch, Die neue Milde Ableitungsdiät nach F.X. Mayr	24,00 €	09.06.2021
88	9783432118444	Pözl-Huemer, Das einfachste Zuckerfrei-Buch aller Zeiten	20,00 €	24.01.2024
89	9783432114941	König, Gut essen Parkinson	25,00 €	12.01.2022
90	9783432119397	Sirocko, Fußreflexzonenmassage - Das große Praxisbuch für Frauen	25,00 €	07.05.2025
91	9783432109121	Rieber, Die einfachsten Babybreie aller Zeiten	15,00 €	12.06.2019
92	9783432115955	Esselstyn, Essen gegen Herzinfarkt	28,00 €	03.08.2022
93	9783432115900	Iburg, Köstlich essen - Cholesterin senken	23,00 €	05.10.2022
94	9783432110356	Schultz, Autogenes Training - Das Original-Übungsbuch	15,00 €	08.04.2020
95	9783432117355	Brückle, Fibromyalgie	20,00 €	10.04.2024
96	9783432117683	Klessinger, Der Rücken-Doc: Hexenschuss und Ischias	22,00 €	05.11.2025
97	9783432113814	Fengler, Der kleine Knie-Coach	15,00 €	08.04.2021
98	9783432117607	Iburg, Die Haferkur. Gesund abnehmen	20,00 €	11.01.2023
99	9783432116723	Cook, Der Guide für Jugendliche mit Asperger-Syndrom	26,00 €	08.02.2023
100	9783432112046	Schäfer, Köstlich essen - Fruktose, Laktose & Sorbit meiden	24,00 €	07.10.2020