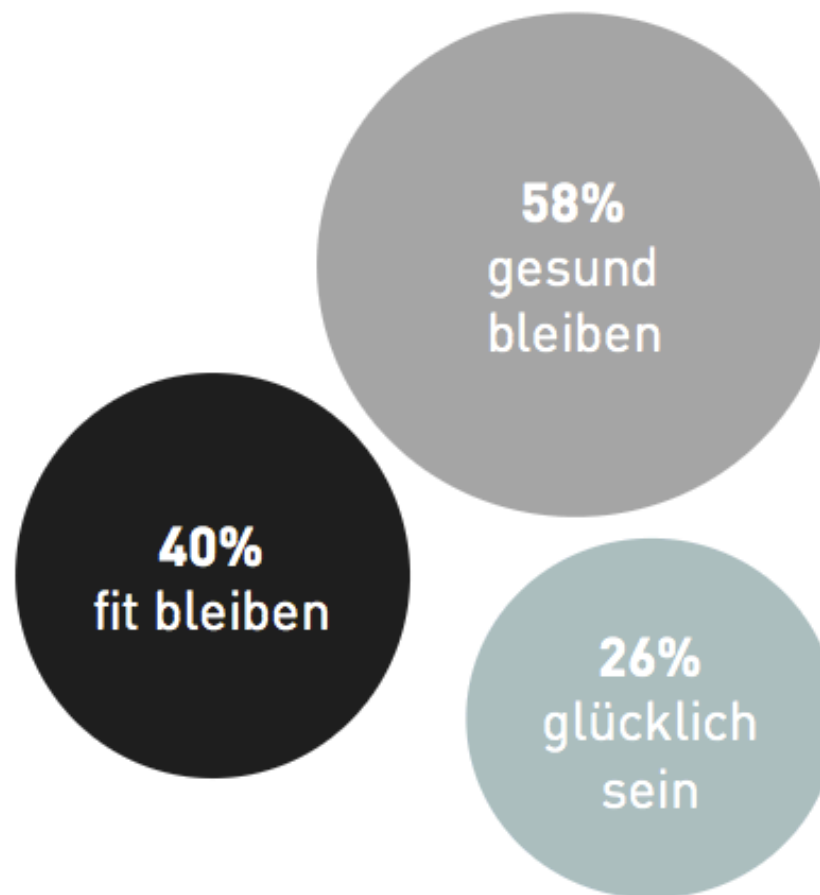


Kapitel 1

Der neue Healthstyle

Was wollen die Menschen mit ihrer Selbstoptimierung erreichen?

Fast keiner möchte im Vergleich zu anderen besser dastehen oder aussehen (nur 4 Prozent)



19%

Gesund werden

Auch wer an einer Krankheit leidet, möchte sich selbst optimieren.

15%

Schlank werden, 16% schlank bleiben

Das eigene Gewicht steht viel weniger im Fokus als gemeinhin angenommen.

27%

Ruhe und Zufriedenheit erleben

Neben der Sehnsucht nach Glück geht es den Menschen um mehr Ruhe im Leben.

16%

Nehmen keine Produkte/Dienstleistungen zur Selbstoptimierung in Anspruch

Selbstoptimierung fasziniert so gut wie jeden (irgendwie).