

man kau:

Bücher, die den Horizont erweitern

FRÜHJAHR 2026



Gesundheit • Heilung • Lebenshilfe

man
kau:



Körperliche und seelische
Widerstandskraft
durch Naturerleben

Lass dich
von der Natur
beschenken!

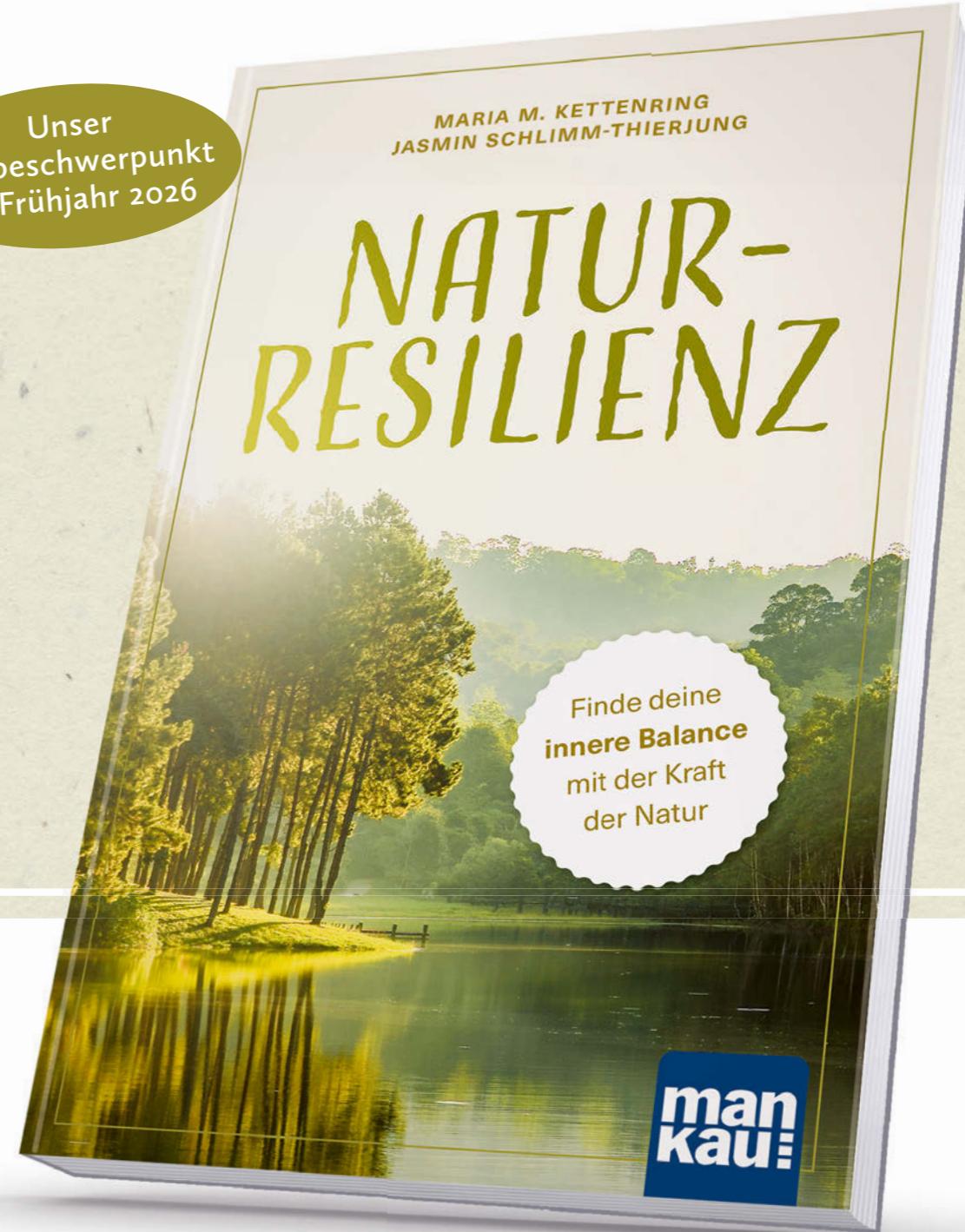


Unser Toptitel
im Frühjahr 2026

Leichtigkeit und Gelassenheit mit der Kraft der Natur

Unser
Werbeschwerpunkt
im Frühjahr 2026

In einer Zeit, in der Stress und ständige Anforderungen unseren Alltag bestimmen, kann die Natur zu einer Quelle der Erholung und inneren Stärke werden. Das Buch zeigt, wie man durch achtsames Naturerleben körperliche und seelische Resilienz stärkt. Sinnesübungen, kleine Alltagsrituale und kreative Impulse fördern eine bewusste Verbindung mit der natürlichen Welt. Die Autorinnen verbinden Wissen aus Naturheilkunde und fernöstlicher Lebenskunst mit ganzheitlichen, kreativen Wegen der Selbstfürsorge: Die Naturmomente reichen von Waldbaden, Natur-Retreat über Kraftorte und Bewegung im Grünen bis hin zu kleinen Meditationen, bewusster Ernährung und Aromatherapie. Lassen wir uns von der Natur beschenken – mit Gesundheit, Gelassenheit und Leichtigkeit.



4



MARIA M. KETTENRING ist seit vier Jahrzehnten eine anerkannte Aromaexpertin, Autorin und »Duftbotschafterin« mit tiefgreifendem Wissen und umfangreicher Praxiserfahrung in Aromatherapie. Seit Mitte der 1980er-Jahre hat sie die Aroma- und Duftküche entwickelt. Als ausgebildete Trainerin für Waldbaden und Natur-Resilienz teilt sie mit Begeisterung ihre Leidenschaft für die Heilkraft ätherischer Öle und die Balance mit und in der Natur.



JASMIN SCHLIMM-THIERJUNG ist Gründerin und Leiterin der Deutschen Akademie für Waldbaden und Gesundheit. Sie verbindet fundiertes Wissen aus Gesundheit, Achtsamkeit und Naturerfahrung mit langjähriger Praxis in der Aus- und Weiterbildung. Mit Leidenschaft zeigt sie Wege, wie der Wald zu einer Quelle von Resilienz, Balance und Lebensfreude werden kann.



- ◆ Renommiertes Autorinnen-Duo mit großem Netzwerk
- ◆ Über 2.000 zertifizierte Natur-Resilienz-Trainerinnen und Trainer; zusätzlich weitere ca. 2.000 Schulungen über Bildungsurlaube
- ◆ Ressourcen aus der Natur für Resilienz, Stressabbau und neue Energie nutzen
- ◆ Präsenz auf Messen und Kongressen

Maria Kettenring | Jasmin Schlimm-Thierjung
Natur-Resilienz

Finde deine innere Balance
mit der Kraft der Natur

ca. 240 Seiten
ISBN 978-3-86374-791-6
€ 20,00 (D) | € 20,60 (A)

Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm

9. MÄRZ
2026

Weil dein Körper ein Spiegel deiner Geschichte ist

Abnehmen durch Annehmen« ist kein Diätbuch, sondern eine tiefgründige Begegnung mit den emotionalen Wurzeln unseres Essverhaltens. Warum essen wir oft nicht aus Hunger, sondern aus Stress oder Unzufriedenheit? Warum halten wir keine Diät durch, obwohl wir es so sehr wollen? Andreas Winter hilft Ihnen, die wahren Ursachen Ihres Essverhaltens zu verstehen – um dieses im Anschluss mühelos zu ändern. Verlassen Sie den Kreislauf von Frustessen, Selbstkritik und Diätversagen – indem Sie lernen, wie frühkindliche Prägungen Ihr Essverhalten bis heute beeinflussen, wie Sie emotionale Knoten lösen können und ein neues, friedvolles Verhältnis zum Essen und zu Ihrem Körper entwickeln. So finden Sie ganz ohne Diät dauerhaft zu Ihrem Wohlfühlgewicht.



ANDREAS WINTER, Diplom-Pädagoge, leitet eines der ältesten Coaching-Institute Deutschlands. Seit über drei Jahrzehnten verbessert er mit seinem tiefenpsychologischen Ansatz rasch und unkonventionell die Lebensqualität vieler Menschen. Seine Bücher und Vorträge – u. a. »Wie unsere Psyche tickt«, »Abnehmen ist leichter als Zunehmen« und »Heilen ohne Medikamente« – erreichen Hunderttausende.

Auch als Hörbuch erhältlich:
Abnehmen durch Annehmen

1 MP3-CD im Jewelcase,
Laufzeit ca. 300 Min., 8-seit. Booklet
ISBN 978-3-86374-797-8
UVP € 18,00 (D) | € 18,50 (A)



26. JANUAR
2026



Vom Autor des
Erfolgsbuchs »Abnehmen ist
leichter als Zunehmen«



- ◆ Keine Diät. Kein Zwang. Kein Verzicht.
- ◆ Erfolgreicher Coach und Autor mit großem Netzwerk
- ◆ Fundierte Erkenntnisse aus Psychologie, Bindungsforschung und moderner Stressbiologie, laienverständlich aufbereitet
- ◆ Praktische Übungen, Journaling-Impulse, Reflexionsfragen, Anti-Stress-Techniken und Visualisierungen

Andreas Winter
Abnehmen durch Annehmen
Unbewusste Gefühle verstehen –
körperlichen Ballast loswerden

ca. 160 Seiten
ISBN 978-3-86374-794-7
€ 18,00 (D) | € 18,50 (A)

Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm



26. JANUAR
2026

Knacken Sie den »Habenula-Code«: Wer iteriert, ist unaufhaltbar.

Die Verhaltensforscherin Dr. Kyra Bobinet führt in eines der faszinierendsten, bislang kaum bekannten Hirnareale ein: die Habenula – ein Schalter in unserem Gehirn, der Motivation ausknipsen kann, wenn wir etwas als »gescheitert« bewerten. Doch genau das lässt sich ändern: Durch einen Perspektivwechsel, kreative Lösungsansätze und die Kraft der Iteration können selbst Rückschläge nachhaltige Entwicklung anstoßen. Das Wissen um die Habenula und ihre Funktionsweise wirkt sich auf viele wichtige Bereiche unseres Lebens aus: Gesundheit, Stressbewältigung, Gewichtsmanagement, Beruf, Beziehungen und vieles mehr. Wissenschaftlich fundiert und berührend lebensnah ist dieses Buch eine Offenbarung – endlich gelingen dauerhafte, positive Veränderungen!

8



© Natalie Ladd Photography

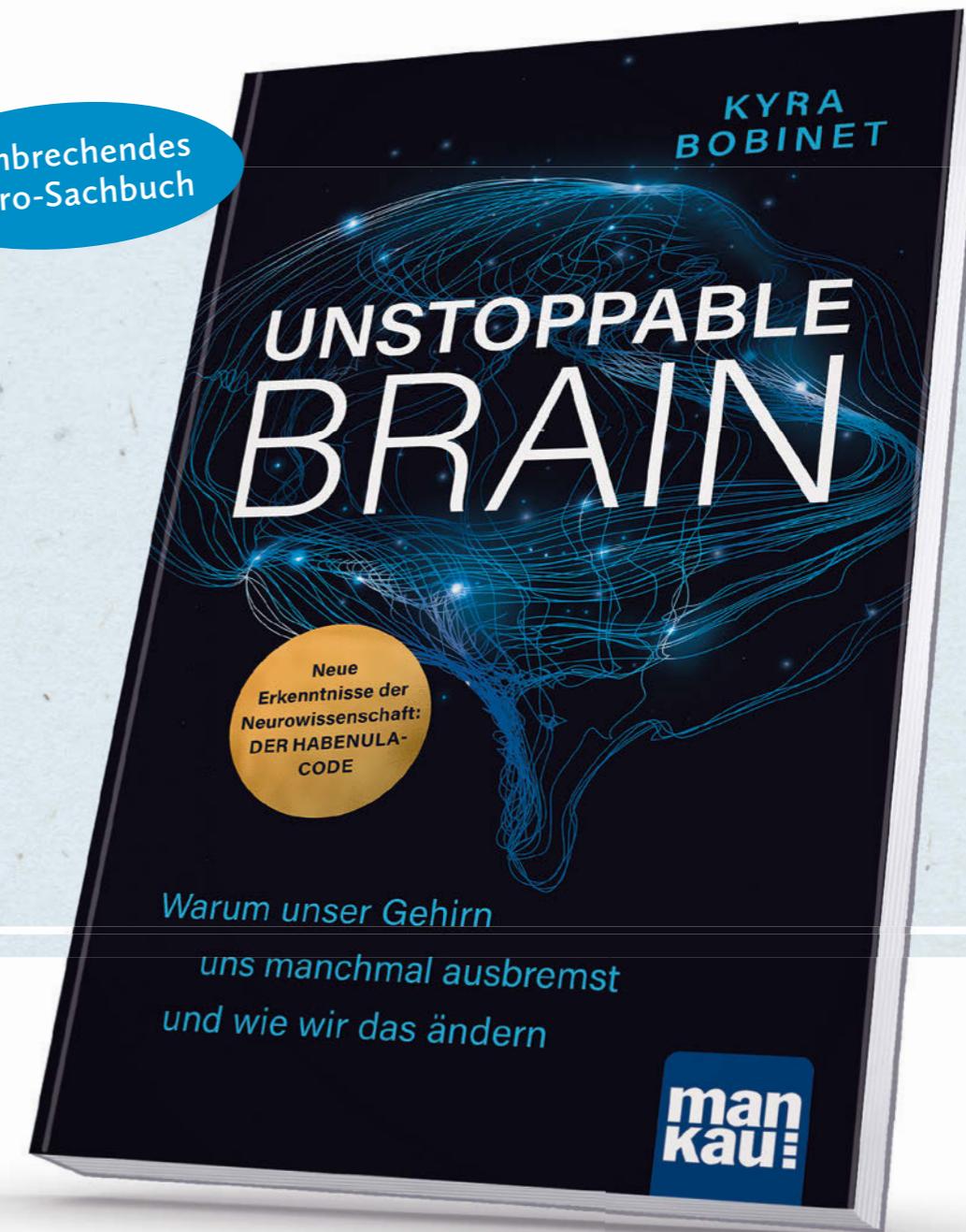
DR. KYRA BOBINET ist Ärztin und Gesundheitswissenschaftlerin mit fast 30 Jahren Erfahrung in der Verhaltensforschung. Als Expertin für Verhaltensänderung unterrichtet sie im AIM-Labor der Stanford School of Medicine und leitet *Fresh Tri*, ein digitales Gesundheitsunternehmen, das eine App und Software zur Förderung gesunder Gewohnheiten mit einem positiven, iterationsbasierten Ansatz anbietet. Ihr Bestseller »Well Designed Life« gilt als international anerkannter Impulsgeber im Bereich Verhaltensänderung.

»In ‚Unstoppable Brain‘ verschmilzt Dr. Kyra Bobinet Bahnbrechendes aus den Neurowissenschaften mit brauchbaren Erkenntnissen und bietet damit einen revolutionären Ansatz für Verhaltensänderungen.«

Larry Chu, Professor der Stanford School of Medicine

»Treffend, fesselnd und eindringlich!«
Allison Feduccia,
Neuropharmakologin

Bahnbrechendes
Neuro-Sachbuch



- ◆ Erstmals in deutscher Sprache
- ◆ Spannendes, gehobenes Sachbuch zu einem neu erforschten Hirnareal, der Habenula
- ◆ Mit praktischen Strategien für nachhaltige Verbesserungen in vielen Lebensbereichen
- ◆ Autorin ist Expertin für Verhaltensänderung
- ◆ Namhafte Testimonials aus Psychologie, Medizin und Neurowissenschaft

Kyra Bobinet
Unstoppable Brain
Warum unser Gehirn uns manchmal ausbremst und wie wir das ändern

ca. 270 Seiten
ISBN 978-3-86374-785-5
€ 24,90 (D) | € 25,60 (A)

Klappenbroschur
13,5 x 21,5 cm

27. APRIL
2026
9 783863 747855

68 essbare Heil- und Wildkräuter in inspirierenden Pflanzenporträts

«Essbare Heilkräuter und Wildpflanzen» ist nicht nur ein einfaches Nachschlagewerk für Wildpflanzen – es ist eine Einladung, die Natur ganz neu und voller Staunen kennenzulernen. Entdecke natürliche Heilmittel, die unmittelbar vor deiner Haustüre wachsen, und nimm das großartige Wissen unserer Vorfahren an. Die anschaulichen Pflanzenporträts mit praxisbezogenen Informationen und Anleitungen helfen dir nicht nur, 68 essbare Wild- und Heilpflanzen unserer heimischen Wiesen und Wälder zuverlässig zu bestimmen und zu nutzen – sie vermitteln dir auch ein Gefühl für das Wesen der jeweiligen Pflanze. Dein inspirierendes Nachschlagewerk: Wissenschaftliches und Mythologisches, Neuzeitliches und Traditionelles, Sachliches und Poetisches.

10



PHILIP KUNISCH ist Kräuterkundler, ganzheitlicher Ernährungs- und Gesundheitsberater und B.Sc. in Technologie und Biotechnologie der Lebensmittel (TU München). Schon seit seiner Jugend gilt sein besonderes Interesse unseren heimischen Heilkräutern; sein umfassendes Fachwissen gibt er in Kräuterführungen, Fermentations-Workshops sowie Seminaren im Bereich Detox, Fasten, Meditation und Kräutermedizin weiter.



Junger Autor mit
großem Netzwerk



ESSBARE WILDPPFLANZEN

- ♦ Die wichtigsten 68 essbaren Wildpflanzen in einem inspirierenden und wissenschaftlich fundierten Nachschlagewerk
- ♦ Ausführliche Pflanzenporträts zur sicheren Bestimmung und Anwendung
- ♦ Handliches Format mit Erntekalender
- ♦ Beliebter Youtube-Kanal des Autors (> 22k Abonnenten)

Philip Kunisch
Essbare Heilkräuter und Wildpflanzen
Naturkraft entdecken: 68 Schätze
unserer Wiesen und Wälder

ca. 223 Seiten
ISBN 978-3-86374-788-6
€ 14,00 (D) | € 14,40 (A)

Klappenbroschur, farbig
11,5 x 16,5 cm

16. FEBRUAR
2026



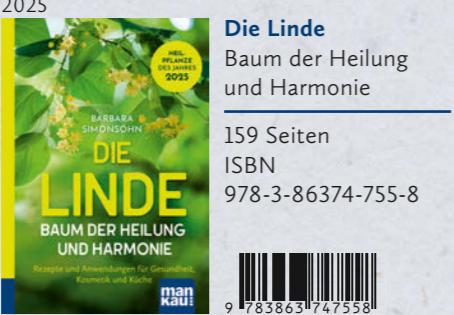
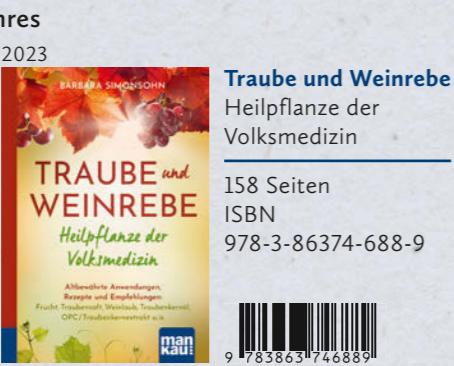
Drei Heilpflanzen-Klassiker von Barbara Simonsohn jetzt auch als Hörbuch!



Als Ernährungsberaterin, Reiki-Ausbilderin und Gesundheitsautorin befasst sich **BARBARA SIMONSOHN** intensiv mit dem Thema gesunde Ernährung und gilt als Expertin für Heilpflanzen und »Superfoods«. Seit 1995 hat die Hamburgerin zahlreiche Ratgeber im Bereich der ganzheitlichen Gesundheit veröffentlicht; die Gesamtauflage ihrer Bücher beläuft sich auf über 600.000 Exemplare. Im Mankau Verlag ist u. a. ihr Bestseller-Ratgeber »Artemisia annua – Heilpflanze der Götter« (12 Auflagen seit 2018) erschienen.

12

Kompakt-Ratgeber von Barbara Simonsohn (Auswahl):



Die Brennnessel – der verkannte Schatz aus Ihrem Garten

Die Brennnessel bietet uns als Heilpflanze eine beispiellose Fülle an gesunden Inhaltsstoffen. So finden wir im Brennnesselkraut neben zahlreichen Vitaminen u. a. wertvolle Flavonoide und Aminosäuren sowie in besonders hohem Maße das entgiftende, abwehrstärkende Chlorophyll. Erfahren Sie alles Wichtige über Heilwirkungen der Brennnessel und praktische Anwendungen für Gesundheit und Schönheit. Mit Extra: Feine Brennnessel-Rezepte für die Küche.



Auch als Download

- ◆ Bearbeitete und gekürzte Hörbuchausgabe des Kompakt-Ratgebers (aktuell in 3. Auflage)
- ◆ Die Brennnessel war »Heilpflanze des Jahres 2022«
- ◆ Praktische Anwendungen für Gesundheit und Schönheit
- ◆ Erfahrene Hörbuchsprecher in professioneller Produktion

Barbara Simonsohn
Brennnessel. Hörbuch
Das Wunderkraut für Gesundheit,
Küche und Schönheit

ca. 200 Min. Laufzeit
ISBN 978-3-86374-798-5
UVP € 12,99 (D) | € 13,40 (A)

1 MP3-CD im Jewelcase,
8-seitiges Booklet
Sprecher: Christina Besser, Matthias Lühn

23. MÄRZ
2026

Von wegen Unkraut! Löwen(zahn)kraft für Körper und Seele

Ärgern Sie sich nicht, wenn der Löwenzahn Ihren Garten erobert – nutzen Sie ihn lieber als kraftvolle Heilpflanze und gesundes Lebensmittel! Dabei lassen sich alle Pflanzenteile verwenden und teilweise sogar ganzjährig ernten. Neben seinen zahlreichen Heilwirkungen schenkt Löwenzahn uns Resilienz und sorgt für ein sonniges Gemüt. Mit praktischen Anwendungen für die Hausapotheke, raffinierten Rezepten und Kosmetik zum Selbermachen.



Mutter aller Heilpflanzen: »Wer Salbey baut, den Tod kaum schaut«

Dank seiner Vielseitigkeit wird Salbei seit alters her bei unterschiedlichen Beschwerden verwendet. Die wertvollen Inhaltsstoffe von *Salvia officinalis* wirken u. a. schmerzlindernd und entzündungshemmend, bekämpfen Bakterien, Viren und Pilze, senken Cholesterinspiegel und Blutdruck, fördern die Verdauung und optimieren den Stoffwechsel. Mit Anwendungen für die Hausapotheke, wohltuender Kosmetik zum Selbermachen und genussvollen Küchenrezepten.



Barbara Simonsohn
Löwenzahn. Hörbuch
Wunderkraut für Resilienz und Lebenskraft

ca. 200 Min. Laufzeit
ISBN 978-3-86374-799-2
UVP € 12,99 (D) | € 13,40 (A)

1 MP3-CD im Jewelcase, 8-seitiges Booklet
Sprecher: Christina Besser, Matthias Lühn

23. MÄRZ
2026
Barcode: 9 783863 747992

- ◆ Bearbeitete und gekürzte Hörbuchausgabe des gleichnamigen Kompakt-Ratgebers (aktuell in 2. Auflage)
- ◆ Praktische Anwendungen für Gesundheit und Schönheit, ergänzt durch raffinierte Rezepte
- ◆ Alle Pflanzenteile sind heilkräftig und können zum Teil sogar ganzjährig geerntet werden
- ◆ Erfahrene Hörbuchsprecher in professioneller Produktion

- ◆ Bearbeitete und gekürzte Hörbuchausgabe des gleichnamigen Kompakt-Ratgebers (aktuell in 2. Auflage)
- ◆ Salbei war »Arzneipflanze des Jahres 2023«
- ◆ Zahlreiche Zubereitungen und Anwendungen für die Hausapotheke; Salbei-Kosmetik zum Selbermachen
- ◆ Erfahrene Hörbuchsprecher in professioneller Produktion

Barbara Simonsohn
Salbei. Hörbuch
Mutter aller Heilpflanzen

ca. 200 Min. Laufzeit
ISBN 978-3-86374-800-5
UVP € 12,99 (D) | € 13,40 (A)

1 MP3-CD im Jewelcase, 8-seitiges Booklet
Sprecher: Christina Besser, Matthias Lühn

23. MÄRZ
2026
Barcode: 9 783863 748005

Der beliebte Longseller zur Symbolemedizin

Die Autorinnen beschreiben 64 zentrale Heilsymbole: das Strichcode-System Erich Körplers, wichtige Symbole der Heiligen Geometrie sowie bewährte Heilsymbole aus aller Welt. Dieses Wissen ermöglicht und verbessert den Einsatz der Heilsymbole für Gesundheit und Wohlbefinden.

9. Auflage



Petra Neumayer | Roswitha Stark

Heilen mit Symbolen

Die 64 wichtigsten Heilzeichen

9. Auflage November 2025

Taschenbuch 12 x 19 cm, 174 S.

ISBN 978-3-86374-336-9, € 9,95 (D) | € 10,30 (A)



16

Das handliche Standardwerk der Stimmgabeltherapie

6. Auflage



Thomas Künne | Dr. med. Patricia Nischwitz

Stimmgabeltherapie

Heilsames Wissen und praktische Anwendungen

6. Auflage November 2025

Taschenbuch 12 x 19 cm, 239 S.

ISBN 978-3-86374-743-5, € 12,90 (D) | € 13,30 (A)



Ein inspirierender Zugang zur Sprache der Seele

Eine Einführung in die Sphäre der Seelencodes: Bildkombinationen aus einfachen Formen, Symbolen, Buchstaben, Zahlen und Farben wirken wie codierte Botschaften. So treten wir in direkten Kontakt mit unserer Seele und können Beschwerden, Blockaden und Traumata einfach auflösen.

3. Auflage

Roswitha Stark

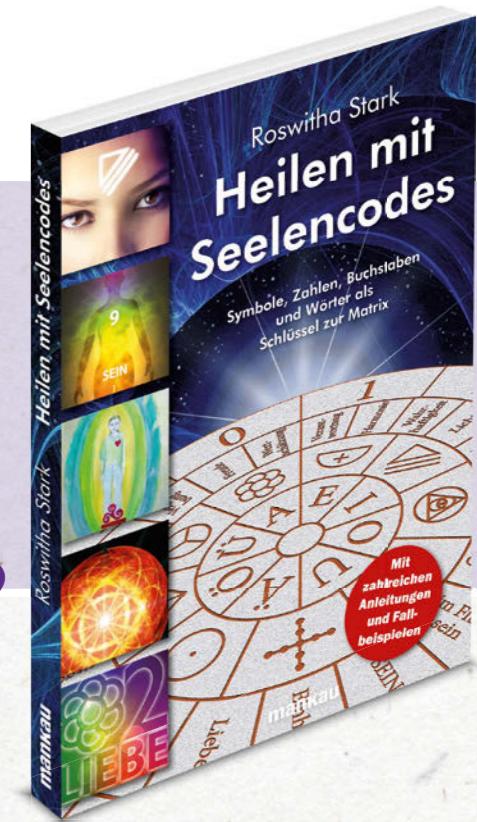
Heilen mit Seelencodes

Symbole, Zahlen, Buchstaben und Wörter als Schlüssel zur Matrix

3. aktual. und überarb. Auflage November 2025

Broschur 15 x 21,5 cm, durchgehend farbig, 189 S.

ISBN 978-3-86374-044-3, € 20,00 (D) | € 20,60 (A)



64 zentrale Heilsymbole im praktischen Kartenset

8. Auflage

Nutzen Sie die Kraft der 64 Heilzeichen aus dem Longseller-Buch »Heilen mit Symbolen« auf einfache Weise: Die Wahl der Karten erfolgt durch intuitives Ziehen oder energetisches Austesten. So dient das Set allen Anwendern der Informationsmedizin als praktisches Werkzeug für ihre Heilarbeit.



Petra Neumayer | Roswitha Stark

Medizin zum Aufmalen. Kartenset

64 Symbolkarten

8. Auflage Oktober 2025

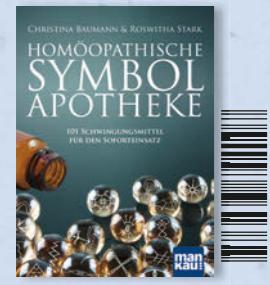
64 Karten, 8-seitiges Booklet

ISBN 978-3-938396-59-9, € 17,90 (D) | € 18,40 (A)



Top-Titel des Mankau Verlags

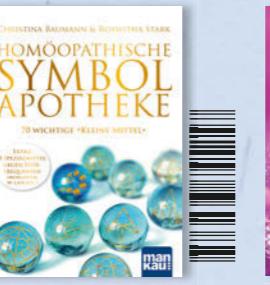
AUTOREN A - L



Christina Baumann
Roswitha Stark
**Homöopathische
Symbolapotheke**
101 Schwingungsmittel
für den Soforteinsatz
ISBN 978-3-86374-400-7
€ 19,90 (D) | € 20,60 (A)



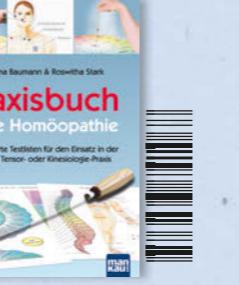
Christina Baumann
Roswitha Stark
**Homöopathische
Symbolapotheke.
Das Kartenset**
ISBN 978-3-86374-464-9
€ 24,95 (D) | € 25,70 (A)



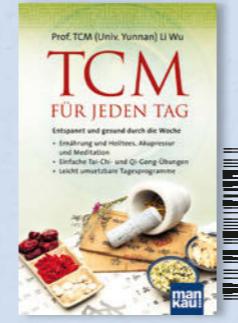
Christina Baumann
Roswitha Stark
**Homöopathische
Symbolapotheke.
Das Kartenset**
70 wichtige »Kleine Mittel«
Mit A2-Plakat
ISBN 978-3-86374-525-7
€ 19,90 (D) | € 20,60 (A)



Christina Baumann
Roswitha Stark
**Homöopathische
Symbolapotheke:
Psyche und Gemüt**
111 Schwingungsmittel
ISBN 978-3-86374-525-7
€ 27,00 (D) | € 27,80 (A)



Christina Baumann
Roswitha Stark
**Praxisbuch
Neue Homöopathie**
20 bewährte Testlisten
ISBN 978-3-86374-106-8
€ 34,95 (D) | € 35,80 (A)



Prof. TCM Univ. Yunnan
Li Wu
TCM für jeden Tag
Entspannt und gesund durch die Woche
ISBN 978-3-86374-100-6
€ 9,95 (D) | € 10,30 (A)



Maria Lohmann
Laborwerte verstehen.
Kompakt-Ratgeber
Normalwerte im Überblick – Fachbegriffe und wichtige Abkürzungen
ISBN 978-3-86374-158-7
€ 9,99 (D) | € 10,30 (A)



Tabea Lorch
Frauen trainieren anders
Fitness und Sport im Einklang mit deinen Hormonen
ISBN 978-3-86374-751-0
€ 20,- (D) | € 20,60 (A)



Dr. med. vet. Dorina Lux
**Grüne Hausapotheke
für Hunde.**
Kompakt-Ratgeber
Heimische Heilpflanzen sicher anwenden
ISBN 978-3-86374-641-4
€ 12,- (D) | € 12,40 (A)



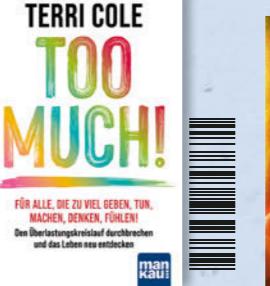
Dr. med. vet. Dorina Lux
**Grüne Hausapotheke
für Katzen.**
Kompakt-Ratgeber
Heimische Heilpflanzen sicher anwenden
ISBN 978-3-86374-655-1
€ 12,- (D) | € 12,40 (A)



Christina Baumann
Roswitha Stark
**Praxisbuch
Neue Homöopathie.
Band 2**
20 neue Testlisten
ISBN 978-3-86374-721-3
€ 39,95 (D) | € 41,10 (A)



Sabine Bäumer
Prof. Dr. Ingrid Gerhard
**Mönchspfeffer,
Frauenmantel & Co.**
Die wichtigsten
Frauenheilpflanzen
ISBN 978-3-86374-775-6
€ 14,- (D) | € 14,40 (A)



Terri Cole
Too Much!
Für alle, die zu viel geben, tun, machen, denken, fühlen!
ISBN 978-3-86374-767-1
€ 22,- (D) | € 22,70 (A)



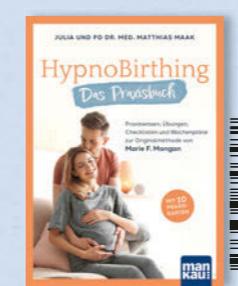
Hans Cousto
Thomas Künné
Heilsame Frequenzen
Wie kosmische
Schwingungen unser
Wohlbefinden fördern
ISBN 978-3-86374-246-1
€ 22,- (D) | € 22,70 (A)



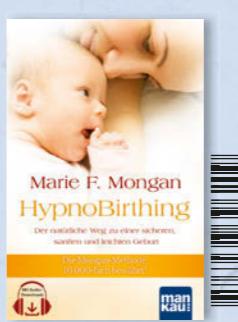
Gerit Fischer
**Heimische Heil-
und Vitalpilze.**
Kompakt-Ratgeber
20 Pilze für Küche und
Hausapotheke
ISBN 978-3-86374-710-7
€ 12,- (D) | € 12,40 (A)



Lynn Lyons
Dr. Reid Wilson
Mein ängstliches Kind
In 7 Schritten den Sorgenkreislauf
durchbrechen und mutige, unabhängige
Kinder erziehen
ISBN 978-3-86374-697-1
€ 22,- (D) | € 22,70 (A)



Julia Maak
Dr. med. Matthias Maak
**HypnoBirthing.
Das Praxisbuch**
Mit 10 Praxiskarten
ISBN 978-3-86374-658-2
€ 22,- (D) | € 22,70 (A)



Marie F. Mongan
HypnoBirthing
Der natürliche Weg zu einer sicheren, sanften
und leichten Geburt.
Die Original-Methode!
ISBN 978-3-938396-20-9
€ 19,95 (D) | € 20,60 (A)



Petra Neumayer
Roswitha Stark
Heilen mit Symbolen
Die 64 wichtigsten
Heilzeichen
ISBN 978-3-86374-336-9
€ 9,95 (D) | € 10,30 (A)



Petra Neumayer
Roswitha Stark
Medizin zum Aufmalen.
Kartenset
64 Symbolkarten
ISBN 978-3-938396-59-9
€ 17,90 (D) | € 18,40 (A)



J. und A. Goldman
**Heilsames Summen:
Klangmassage für
Körper und Seele**
Mit Übungen für bewusstes
Summen und Atmen
ISBN 978-3-86374-478-6
€ 9,95 (D) | € 10,30 (A)



Svea Golinski
Dr. med. Peter Heilmeyer
Der Cortisol-Code
In 30 Tagen das
Stresshormon ins
Gleichgewicht bringen
ISBN 978-3-86374-781-7
€ 18,00 (D) | € 18,50 (A)



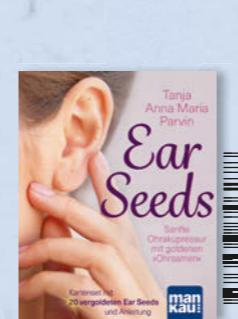
Dr. phil. Isa Grüber
**Was der Körper zu
sagen hat**
Stress- und Trauma-
bewältigung mit Somatic
Experiencing (SE)
ISBN 978-3-86374-392-5
€ 9,95 (D) | € 10,30 (A)



W. Hätscher-Rosenbauer
Kleine Augenschule.
Kompakt-Ratgeber
Übungen und Tipps
für gesundes und
lebendiges Sehen
ISBN 978-3-86374-314-7
€ 9,95 (D) | € 10,30 (A)



Kristen Helmstetter
Tea Time für die Seele
Dein kleines Glück am
Nachmittag: »Tea
Time Self-Talk« für
ein magisches Leben
ISBN 978-3-86374-703-9
€ 18,- (D) | € 18,50 (A)



Tanja Anna Maria Parvin
Ear Seeds. Kartenset
Sanfte Ohrakupressur
mit goldenen
»Ohrsamen«
ISBN 978-3-86374-627-8
€ 29,95 (D) | € 30,80 (A)



Barbara Reik
**Tai Chi für
zwischendurch.**
Kompakt-Ratgeber
Neue Energie durch
einfache Übungen
ISBN 978-3-86374-377-2
€ 9,99 (D) | € 10,30 (A)



Anna Elisabeth Röcker
Raffaella Sirtoli
Heilen mit Bachblüten.
Das Kartenset
ISBN 978-3-86374-099-3
€ 17,90 (D) | € 18,40 (A)



Thomas Lambert
Schöberl
50 Wörter für Liebe
Inspirationen,
die das Herz berühren
ISBN 978-3-86374-728-2
€ 18,- (D) | € 18,50 (A)



Anna Marguerita Schön
(Hrsg.)
Wir alten Hasen
Mut in bewegten Zeiten
ISBN 978-3-86374-740-4
€ 18,00 (D) | € 18,50 (A)



Ulrich Kohler
**Diese Schuld ist nicht
meine**
Wie unbewusste Schuld-
gefühle unser Leben
prägen ...
ISBN 978-3-86374-700-8
€ 22,- (D) | € 22,70 (A)



Thomas Künné
Dr. med. P. Nischwitz
Stimmgabel-Set:
Die Kosmische Haus-
apotheke für Alltags-
beschwerden von A bis Z
ISBN 978-3-938396-66-7
€ 29,95 (D) | € 30,80 (A)



Thomas Künné
Dr. med. P. Nischwitz
Stimmgabeltherapie
Heilsames Wissen und prakti-
sche Anwendungen
ISBN 978-3-86374-743-5
€ 12,90 (D) | € 13,30 (A)



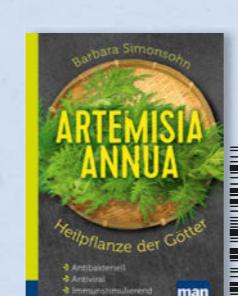
Prof. TCM Univ. Yunnan
Li Wu
**Das Buch der
Chinesischen Heilkunst**
Bewährtes Heilwissen
aus dem Reich der Mitte
ISBN 978-3-86374-538-7
€ 12,90 (D) | € 13,40 (A)



Herbert Schwinghammer
Der neue Taschen-Knigge
Gute Umgangsformen
in jeder Lebenslage
ISBN 978-3-86374-761-9
€ 12,- (D) | € 12,40 (A)



Barbara Simonsohn
**Artemisia annua –
Heilpflanze der Götter.**
Kompakt-Ratgeber
Gute Umgangsformen in
jeder Lebenslage
ISBN 978-3-86374-474-8
€ 8,99 (D) | € 9,20 (A)



Barbara Simonsohn
Brennnessel.
Kompakt-Ratgeber
Das Wunderkraut für
Gesundheit, Küche und Schönheit
ISBN 978-3-86374-652-0
€ 12,- (D) | € 12,40 (A)



Barbara Simonsohn
Das Basische Prinzip
Dr. Jacobs Schutzformel
gegen die größten
Gesundheitskiller
unserer Zeit
ISBN 978-3-86374-541-7
€ 14,95 (D) | € 15,40 (A)



Barbara Simonsohn
**Heilsame
Küchenkräuter.**
Kompakt-Ratgeber
10 Kräuter für Körper
und Seele
ISBN 978-3-86374-758-9
€ 12,- (D) | € 12,40 (A)

AUTOREN L - S

Top-Titel des Mankau Verlags

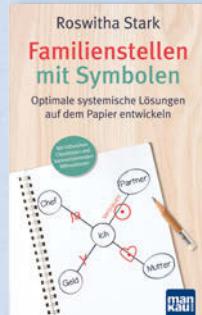
AUTOREN S – Z



Barbara Simonsohn
Holunder – Juwel der Hausapotheke.
Kompakt-Ratgeber
 ISBN 978-3-86374-717-6
 € 12,- (D) | € 12,40 (A)



Barbara Simonsohn
Löwenzahn – Wunderkraut für Resilienz und Lebenskraft.
Kompakt-Ratgeber
 ISBN 978-3-86374-694-0
 € 12,- (D) | € 12,40 (A)



Roswitha Stark
Familienstellen mit Symbolen
 Optimale systemische Lösungen auf dem Papier entwickeln
 ISBN 978-3-86374-471-7
 € 16,95 (D) | € 17,50 (A)



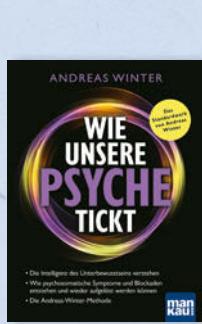
Roswitha Stark
Familienstellen mit Symbolen.
Das Kartenset
 Optimale Lösungen auf dem Papier entwickeln
 ISBN 978-3-86374-528-8
 € 29,95 (D) | € 30,80 (A)



Roswitha Stark
Medizin zum Aufmalen.
Heilen mit Zeichen und Symbolen
 Das Basisbuch Neue Homöopathie
 ISBN 978-3-86374-691-9
 € 25,- (D) | € 25,80 (A)



Andreas Winter
Was deine Angst dir sagen will
 Blockaden verstehen und überwinden. Mit Extra-Tipps gegen Panikattacken
 ISBN 978-3-86374-323-9
 € 9,95 (D) | € 10,30 (A)



Andreas Winter
Wie unsere Psyche tickt. Die Intelligenz des Unterbewussteins verstehen
 Die Andreas-Winter-Methode
 ISBN 978-3-86374-713-8
 € 28,- (D) | € 28,80 (A)



Angelika Gräfin Wolffs-keel von Reichenberg
Die 12 Salze des Lebens.
 Biochemie nach Dr. Schüßler
 ISBN 978-3-86374-267-6
 € 18,- (D) | € 18,60 (A)



Dr. med. Eberhard J. Wormer
Natürliche Antidepressiva.
Kompakt-Ratgeber
 Sanfte Wege aus dem Stimmungstief
 ISBN 978-3-86374-664-3
 € 12,- (D) | € 12,40 (A)



Annemarie Zobernig
Räuchern für die Seele.
Kompakt-Ratgeber
 Energien reinigen, harmonisieren und stärken
 ISBN 978-3-86374-535-6
 € 9,99 (D) | € 10,30 (A)

Alle Titel, Leseproben, Videos und Autoren-Interviews finden Sie hier: www.mankau-verlag.de

Mankau Verlag GmbH
 Pfarrgasse 1
 82497 Unterammergau
 Tel. (0 88 41) 62 77 69-0
 Fax (0 88 41) 62 77 69-6
 kontakt@mankau-verlag.de
www.mankau-verlag.de

Auslieferungen
Deutschland/Österreich:
 Brockhaus|Commission
 Auftragsbetreuung: Judith Renz
 Postfach 12 20
 70803 Kornwestheim
 Tel. (0 71 54) 13 27-54
 Fax (0 71 54) 13 27-13
 mankau@brocom.de

Schweiz:
 Buchzentrum AG
 Industriestrasse Ost 10
 CH-4614 Hägendorf
 Tel. (0 62) 2 09 25 25
 Fax (0 62) 2 09 26 27
kundendienst@buchzentrum.ch

Aurora
Vertriebskooperation
 Alexander Herrmann
 Vertrieb und Beratung
 Eversbuschstr. 40a
 80999 München
 Tel. (0 89) 3 83 80 69-0
 Fax (0 89) 3 83 80 69-10
a.herrmann@vertriebundberatung.de
www.vertriebundberatung.de

Kundenmanagement DACH:
Buchhandel, Onlinehandel, Fachmarkt
 Svenja Bauer
 Tel. (0 89) 3 83 80 69-21
s.bauer@vertriebundberatung.de
 Cecilia Simao Schammler
 Tel. (0 89) 3 83 80 69-19
c.schammler@vertriebundberatung.de
 Ivonne Dellit
 Tel. (0 89) 3 83 80 69-18
i.dellit@vertriebundberatung.de

Saskia Prommersberger
 Tel. (0 89) 3 83 80 69-17
s.prommersberger@vertriebundberatung.de

Vertretungen
Baden-Württemberg:
 Elchinge Bücherservice
 Verlagsvertretung Corinne Pfitzer
 Köhlerberg 5
 89275 Elchingen
info@elch-buchservice.de
 Corinne Pfitzer
 Tel. (0 73 08) 92 28-16
 Fax (0 73 08) 92 28-17
corinne.pfitzer@t-online.de

Bayern:
 Dolles Vertriebsteam
 An der Schlossmauer 21
 93161 Sinzing

Büro: Katja Neugirg
bestellung@dolles-vertriebsteam.de
 Tel. (09 41) 5 86 13-53
 Fax (09 41) 5 86 13-55
 Michael Dolles
michael.dolles@dolles-vertriebsteam.de

Katharina Dolles
katharina.dolles@dolles-vertriebsteam.de
 Petra Uffinger
petra.uffinger@dolles-vertriebsteam.de

Christina Lafrenz
 (Unterfranken)
 Mobil (01 55) 60 60 53 15
christina.lafrenz@dolles-vertriebsteam.de
 Elke Hermann
 Tel. (0 83 79) 72-86 28
 Fax (0 83 79) 72-87 43
elke.hermann@dolles-vertriebsteam.de

Österreich:
 Ing. Christian Hirtzy
 Steinbergstr. 1
 A-8076 Vasoldsberg
 Mobil (06 64) 4 24 59 05
christian.hirtzy@aon.at
 Gebiet: Steiermark, Salzburg, Kärnten, Tirol, Vorarlberg
 Alfred Trux
 Weyerstr. 15
 A-4810 Gmunden
 Mobil (06 99) 11 65 20 89
trux@kabelvgmunden.at
 Gebiet: Wien, Niederösterreich, Oberösterreich, Burgenland, Südtirol
Schweiz:
 Dessauer Vertrieb und Vertretung
 Claudia Gyr
 Räffelstraße 32
 CH-8045 Zürich
 Tel. (0 44) 4 66 96-96
 Fax (0 44) 4 66 96-69
dessauer@dessauer.ch



Covermotiv: © Mink Mingle on Unsplash | Layout: Guter Punkt, München | Satz: Mankau Verlag

Wir sind Teilnehmer an der auslieferungsübergreifenden Fakturgemeinschaft Multifakt bei Brockhaus/Commission.

Brockhaus/Commission

RABATTE FÜR ENDKUNDEN: ab 10 Ex. eines Titels: 10 % Rabatt | ab 50 Ex. eines Titels: 15 % Rabatt
 ab 100 Ex. eines Titels: 20 % Rabatt | ab 250 Ex. eines Titels: 22,5 % Rabatt | ab 500 Ex. eines Titels: 25 % Rabatt