

Gültig von 08. bis 13. Januar 2018 (KW02)

Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Für Druckfehler keine Haftung.



Koblenz-Bubenheim



Fa Seife

verschiedene Sorten,
250 ml Spender, 100 ml = 0,20

Angebotspreis

je

0,50
~~1,25~~

Erhältlich in
unserer
Drogerie im
1. Obergeschoss

**SONDER
POSTEN**
Solange der Vorrat reicht!

Globus Handelshof
St. Wendel GmbH & Co.KG
Betriebsstätte Koblenz-Bubenheim

Jakob-Caspers-Straße 2
D-56070 Koblenz-Bubenheim
(Sitz: Am Wirthembösch, St. Wendel)

Tel.: 0261 / 983 54 - 100
Fax: 0261 / 983 54 - 458

Öffnungszeiten:
Montag - Samstag
von 08.00 bis 22.00 Uhr

www.globus-koblenz.de

Gegrilltes Rumpsteak

mit Speckbohnen und Rosmarinkartoffeln



10⁹⁵

täglich frisch aus
unserer Globus
Fachmetzgerei

korrekt Rollsaftschinken

100 g = 0,50



Angebotspreis

je 200 g

0⁹⁹
~~1¹⁹~~

Berliner 4er

aus Butterhefeteig mit Mehrfruchtfüllung

100 g = 0,96



260 g

2⁴⁹



Putenbrust

am Knochen, gegart



1 kg

16⁹⁰

Change your life- DU bist gemeint!



Mit **GLOBUS Koblenz-Bubenheim & DANY Koblenz** zur dauerhaften Steigerung deiner Lebensqualität

Mit der letzten Zigarette des Jahres zwischen den Fingern und einem gefüllten Champagnerglas an den Lippen spüren wir es ganz genau: Ab morgen wird alles anders! Voller Tatendrang setzen wir uns endlich die nötigen Ziele auf dem Weg zum perfekten Ich. So wie Bridget Jones, die in „Schokolade zum Frühstück“ am Neujahrstag ihre berühmten guten Vorsätze notiert:

- *Das Rauchen aufgeben.*
- *Nicht mehr als 14 Alkoholeinheiten pro Woche trinken.*
- *Oberschenkelumfang mit Hilfe von Antizellulitisiät um acht Zentimeter reduzieren (d.h. jeden um vier Zentimeter).*
- *Selbstsicherer sein und entschlossener auftreten.*
- *Die Zeit besser nutzen.*
- *Mehr Hülsenfrüchte essen.*
- *Dreimal die Woche ins Fitnessstudio gehen, und zwar nicht nur, um ein Sandwich zu essen.*

Kaum nötig zu erwähnen, dass Bridget Jones daraufhin eine Bauchlandung nach der anderen hinlegt. Und ganz ehrlich: diese Enttäuschung kennen die meisten selbst nur allzu gut.

Woher kommt der vorprogrammierte Misserfolg?

Vieles von dem, was du dir so überaus motiviert vornimmst, ist schlichtweg zu schwer, zu streng und zu kompliziert. Du versuchst, gegen deine Natur etwas zu erzwingen. Ein Garant für das Scheitern deiner Vorsätze sind zu hoch gesteckte Ziele: 3 x wöchentlich zum Sport, preisverdächtig gesunde Mahlzeiten, ein Gewichtsverlust von 10 kg in 4 Wochen, weniger Stress, dafür ständig gute Laune und zusätzlich soll natürlich der Keller auch noch aufgeräumt sein.

Das klingt für dich eher nach einem Strafprogramm?
Es geht auch anders!

GLOBUS als dein Partner für bewusste Ernährung im Zusammenschluss mit DANY als Lösungsexperte für bewegte Gesundheit helfen dir dabei, realistische Ziele zu setzen und diese erfolgreich und praxisnah nachhaltig zu erreichen. Dazu gehört:

Verzicht ist verboten!
Hartes Training ist tabu!
Kompliziert mag niemand!
Spaß gehört unbedingt dazu!

Du willst deine Lebensqualität langfristig erhöhen:
Dann bewirb* dich für dein individuelles 360 Grad-Programm mit GLOBUS & DANY im Gesamtwert pro Person von € 1.000 – für Dich KOSTENFREI plus die Verbesserung DEINER Lebensqualität. Das Programm beinhaltet:

- **DANY-Fitness-Alter-Minus-10:** So wirst Du in 4 Wochen mindestens 10 Fitnessjahre jünger
- **DANY-Vollmitgliedschaft** für weitere 12 Wochen mit individuell zugeschnittenem Fitnessprogramm
- **GLOBUS-Ernährungsberatung** durch eine professionelle Ernährungsberaterin
- **GLOBUS-Einkaufsgutschein** in Höhe von € 15 pro Woche über die gesamte Laufzeit von 16 Wochen

Wie kannst du teilnehmen?

Überzeuge uns in maximal drei Sätzen, warum du der/die richtige Teilnehmer/in für dieses außergewöhnliche Programm bist.

- Du bist älter als 29 Jahre.
- Du bist einverstanden, dass wir deinen Weg zum Erfolg medial über das Magazin Next sowie die Kommunikationskanäle von GLOBUS & DANY begleiten.

Wir freuen uns auf dich und über deinen Entschluss, dein Leben in 2018 positiv zu ändern!



„Gute Vorsätze umsetzen - Garantiert“

Vortrag am 16.01.2018 um 18 Uhr im Globus Koblenz-Bubenheim für alle Kunden und Interessierten

So wirst Du in 4 Wochen mindestens 10 Fitnessjahre jünger

Geheimnis ewige Gesundheit: Wie du in den ersten 14 Tagen deinen Säure-Base-Gleichgewicht wieder in Balance bringst und deine Zellen verjüngerst.

Geheimnis Lebensmittel: Von welchem du mehr essen solltest, um deinen Körper in Form zu bringen.

Geheimnis Beweglichkeit: Wie du in 30 Tagen die Uhren deiner Gelenkbeweglichkeit um 20 Jahre oder mehr zurückdrehst.

Geheimnis richtig Trainieren: Warum 1 bis 2 Trainingseinheiten in 10 Tagen genau die richtige Dosis sind, um die natürliche Hormonproduktion und gesundes Zellwachstum optimal anzuregen.

Reserviere dir deinen kostenfreien Platz unter
www.dany-koblenz.de/gutevorsaeetze
(Die Plätze für den Vortrag sind auf 50 Teilnehmer begrenzt)

Koblenzer Tatorte und andere Lieblingsplätze

Jörg Schmitt-Kilian

liest im Globus Koblenz-Bubenheim aus seinen Kriminalromanen.

Am 24. Januar 2018,
um 18.00 Uhr.

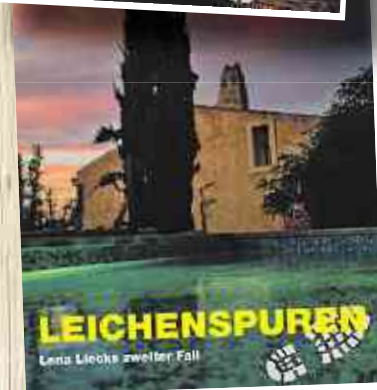
Get together mit dem
Autor ab 17.15 Uhr,
bei einem Gläschen
Sekt und Häppchen.



© Carmen Schüller

Kriminalhauptkommissar a. D.,
Autor des Spiegel-Bestsellers
„Vom Junkie zum Ironman“,
verfilmt mit Uwe Ochsenknecht.

Auf dem Parkplatz „Deutsches Eck“ wird eine junge Polizeikommissarin in einem Streifenwagen erschossen und ihr Kollege durch einen Kopfschuss schwer verletzt. Erweiterter Suizid? Beziehungstat? Racheakt? Terroristischer Hintergrund? Eine mysteriöse DNA-Spur am Tatort kann nicht zugeordnet werden. Nachdem Fund einer weiteren Leiche ahnen die Kommissare nicht, dass sie sich in tödliche Gefahr begeben, denn das „Phantom“ hat weitere Opfer im Visier: noch zwei Polizisten. Dann geschieht ein dritter Mord. Mit der gleichen Waffe wurde die Polizistin vor einiger Zeit in ihrem Dienstwagen getötet. Als aus nachrichtendienstlichen Kreisen bekannt wird, dass in der nächsten Woche in Koblenz ein terroristischer Anschlag verübt werden soll, beginnt ein Wettlauf gegen die Zeit. Können die Kommissare ein Selbstmordattentat in der Stadt zwischen den zwei Flüssen verhindern?



Rausgeputzt

Samstag, 20.01.2018
10:00 - 14:00 Uhr
im Globus Koblenz-Bubenheim

Neujahrsputz für strahlend
saubere Kinderzähne



© LAGZ Rheinland-Pfalz



© LAGZ Rheinland-Pfalz

Schnullerbaum &
Kinder-Zahnbürsten-Tauschaktion
mit Max Schrubbels

... denn wenn die Zähne sauber sind,
dann sind sie auch gesund!



Globus Koblenz-Bubenheim
Jakob-Caspers-Straße 2
D-56070 Koblenz-Bubenheim

Tel.: 0261 / 983 54 - 100
Fax: 0261 / 983 54 - 458

Öffnungszeiten:
Montag - Samstag
von 08.00 bis 22.00 Uhr

www.globus-koblenz.de