



Sylvia Herbek, Mehr vom Leben
Ernährung nach TCM
Basenfasten
Thermomix®-Repräsentantin
2451 Hof/Lbg.

Gasthof Familie Heiß
Kremserstraße 5
3470 Kirchberg am Wagram

Wie Sie mit **Leichtigkeit** mehr **Vitalität** und **Wohlbefinden** erreichen können!

Natürlich entgiften mit einer **Basenfasten-Woche**

⇒ in der Gruppe geht es einfach und leicht!

02. – 09. 03. 2018

Gruppentreffen 02., 05., 07. und 09. 03. 2018, jew. 18:00 – 20:00 Uhr

Gasthof Heiß, Kremserstraße 5, 3470 Kirchberg am Wagram

Themen: Einführung und Ablauf der Basenfasten-Woche für die leichte Durchführung zu Hause, Zielformulierung, Säuren/Basen, Ernährungsumstellung, Ernährungsempfehlungen

Basenfasten: Entschlacken & genießen: Auf dem Speiseplan stehen **Früchte, Salate, Gemüse Suppen und etwas Getreide** (nach genauen Empfehlungen).
Diese Woche dient der Gesundheitsvorsorge und der Wiederherstellung der eigenen Balance und ersetzt nicht die Behandlung durch einen Arzt.

Was können Sie von der Basenfasten-Woche erwarten?

- verbesserte Verdauung, Energie und Vitalität
- ein klarer Geist und erhöhte Kreativität
- Entgiftung und Entschlackung des Organismus
- Gewichtsbalancierung
- Impuls zur Ernährungsumstellung
- Stärkung des Immunsystems
- schöne, gesunde Haut
- guter, erholsamer Schlaf

Referentin: Sylvia Herbek, Dipl. TCM-Ernährungsberaterin, Fasten- und Gesundheitstrainerin

Beitrag: € 180,-, inkl. Einkaufsliste, schriftl. Unterlagen, 4 Gruppentreffen

Anmeldung ab sofort möglich bis spätestens 21. 02. 2018
telefonisch **0676 533 84 19** oder per mail sylvia.herbek@mehr-vom-leben.at

