



Sylvia Herbek, Mehr vom Leben  
Basenfasten  
TCM-Ernährungsberatung  
Thermomix®-Repräsentantin

**BhW** Bildung  
hat Wert.  
KULTUR . REGION . NIEDERÖSTERREICH

Katholisches  
Bildungswerk



„Bringen Sie Ihre Gesundheit nachhaltig in Balance“

Mit der Wohlfühlfigur in den Sommer!

**Basenfasten-Woche**

**02. – 12. 07. 2019**

Gruppentreffen 02., 08., 10. und 12. Juli 2019, jeweils 18:30 Uhr

**Sitzungssaal der Gemeinde Maissau, Franz Gilly Gasse 7**

- Mit basischen Kostlichkeiten können Sie sanft entschlacken, wieder klarer denken, sich besser konzentrieren.
- Sie fühlen sich insgesamt wohler, leichter und vitaler.
- Nutzen Sie das Basenfasten als Start zu Ihrem persönlichen Wohlfühlgewicht und als Impuls zur Ernährungsumstellung.
- Füllen Sie wieder Ihre Energiespeicher auf und stärken Sie gleichzeitig Ihr Immunsystem.
- Bringen Sie wieder Ihre Verdauung in Schwung und freuen Sie sich auf schöne, vitale Haut.
- In der Gruppe geht es einfach und leicht!

**Genuss:** Auf dem Speiseplan stehen **Früchte, Salate, Gemüse, Suppen und Gluten freies Getreide**

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

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

**Anmeldung ab sofort möglich bis spätestens Datum 21. 06. 2019**  
**[sylvia.herbek@mehr-vom-leben.at](mailto:sylvia.herbek@mehr-vom-leben.at), [www.mehr-vom-leben.at](http://www.mehr-vom-leben.at)**

Diese Woche dient der Gesundheitsvorsorge und der Wiederherstellung der eigenen Balance und ersetzt nicht die Behandlung durch einen Arzt.

