



„Bringen Sie Ihre Gesundheit nachhaltig in Balance“

**Natürlich entschlacken und genießen!**

## **Basenfasten-Woche**

**mit fachlicher Begleitung**

- Mit basischen Köstlichkeiten 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.

Nach einem telefonischen Vorgespräch erhalten Sie die Einkaufsliste und alle wichtigen Informationen zum Basenfasten inkl. Rezepten. 3 sanfte Einstiegstage bereiten Sie optimal auf die überwiegend basische Woche vor. Mit 3 köstlichen Mahlzeiten pro Tag sind Sie gut versorgt und fühlen sich satt und zufrieden. Planen Sie auch Zeit für sich ein zur Entspannung und für Spaziergänge in der Natur.

**Termin:** nach persönlicher Vereinbarung,  
Durchführung zu Hause mit 4 x Begleitung per Telefon oder Skype à max. 1 Std.

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

**Beitrag:** € 195,-, inkl. Einkaufsliste, Anleitung und Rezepten per e-mail, Bezahlung im Voraus  
**Bonus für Seenager: bei Buchung bis 31. 03. 2020** erhalten Sie persönliche TCM-Ernährungsempfehlungen im Rahmen eines 20 min.-Gesprächs kostenlos dazu.

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

**Anmeldung jederzeit möglich, gerne beantworte ich offene Fragen.  
sylvia.herbek@mehr-vom-leben.at, www.mehr-vom-leben.at**

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

