

NATÜRLICH ENTSCHLACKEN UND GENIESSEN!

BASENFASTEN-WOCHE

“Mit Basenfasten sanft entsäuern ohne zu hungern“

- Mit basischen Kostlichkeiten kannst du sanft entschlacken, wieder klarer denken und dich besser konzentrieren.
- Du fühlst dich insgesamt wohler, leichter und vitaler.
- Der Blutdruck reguliert sich.
- Das Immunsystem wird gestärkt.
- Der Schlaf kann sich verbessern.
- Die Verdauung wird angekurbelt und die Haut wird wieder strahlender und schöner.

MIT FACHLICHER BEGLEITUNG

Du erhältst alle wichtigen Informationen zum Basenfasten, wie z.B. Einkaufsliste, Rezepte, Anleitung u.v.m.

3 sanfte Einstiegstage bereiten dich optimal auf die überwiegend basische Woche vor. Mit 3 köstlichen Mahlzeiten pro Tag bist du gut versorgt und fühlst dich satt und zufrieden. Plane auch Zeit für dich ein zur Entspannung und für Spaziergänge in der Natur.

BEITRAG

€ 249,--, inkl. Einkaufsliste, Anleitung, Rezepten. Bezahlung im Voraus.

TERMIN

18. 2. – 1. 3. 2025

Durchführung zu Hause mit 5x Zoom-Austausch 18., 22., 24., 26. u. 1. 3., 19:15 Uhr

GENUSS

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

ANMELDUNG

www.mehr-vom-leben.at/termine
bis **spätestens 13. 2. 2025**



Sylvia Herbek

Dipl. TCM-Ernährungsberaterin
Dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin
Dipl. Planetencode-Coach

Täubergarten 3/1/5 | 2451 Hof am Leithaberge

T +43 676 533 84 19

E sylvia.herbek@mehr-vom-leben.at