



inkludiert vier Gruppentreffen abends **BASENFASTEN** **WOCHE**

9. – 16. März 2016

Durchführung zu Hause mit vier Gruppentreffen: 9., 11., 14. und 16. März um 18:30 Uhr Harry Weiß Haus 6-7, 2460 Bruck an der Leitha, jeweils ca. 2 Std.

Diese Entlastungsmethodik eignet sich optimal als Einstieg für Erstfaster und für Menschen, die ihren Körper entschlacken möchten, ohne auf feste Nahrung zu verzichten. Sie genießen in dieser Woche 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
- Entleerung überfüllter „Speicher“ (Fett, Wasser, Salz, Eiweiß)
- Entgiftung und Entschlackung des Organismus
- Gewichtsbalancierung
- Impuls zur Ernährungsumstellung
- Stärkung des Immunsystems
- schöne, gesunde Haut
- guter, erholsamer Schlaf

Themen der Woche:

Einführung und Ablauf der Basenfasten-Woche, Zielformulierung, Entgiftung über die Haut, Ernährungsumstellung, Ernährungsempfehlungen

Vortragende: Sylvia Herbek
Dipl. Ernährungs-, Fasten- und Gesundheitstrainerin

Kostenbeitrag: € 145,--
inkl. Einkaufsliste, schriftl. Unterlagen, 4 Gruppentreffen,
1 gemeinsames Ziel-Visualisierungstraining

TeilnehmerInnen: mind. 5, max. 12 Personen

Anmeldung:
sylvia.herbek@mehr-vom-leben.at, Tel. 0676 5338419
oder direkt auf www.mehr-vom-leben.at

Wir freuen uns auf Sie und bitten um fixe
Anmeldung, spätestens bis 02. 03. 2016

