



Fit in den Frühling - mit basischem Essen die Leber verjüngen

Samstag, 18. März 2023
von 10:00 bis 17.00 Uhr in Riedering
Kleine individuelle Gruppen bis zu 5 Teilnehmern

Nach dem Winter ist es besonders wichtig, dich mit einer ganzheitlichen Lebensweise wieder in Harmonie zu bringen und Dich von angesammelten „Reserven“ zu befreien. Mit der Auswahl der richtigen Lebensmittel und Getränke ist das auf natürliche Weise gut möglich und du kannst unbeschwert und mit neuem Elan in den Frühling starten. Es gibt auch eine kleine Einführung in die Sprossenküche!

An diesem Tag lernst du mit welchen schmackhaften Lebensmitteln und Getränken du deine Entgiftungsorgane stärkst. So kannst du die Regenerationskraft des Frühlings optimal nutzen und dem Körper helfen sich von Winterschlacken zu befreien. Jetzt ist die perfekte Zeit für Frühjahrsputz, und zwar nicht nur im Küchenschrank! Die Funktionskreise Leber und Galle werden mit den passenden Gerichten harmonisiert und der Säure-Basen-Haushalt ebenso.

Dieser Tag bietet den optimalen Einstieg in eine Entgiftungskur. Ein Fahrplan zur typgerechten Entschlackung wird ausführlich erklärt.

Bitte Hausschuhe und wer mag Kochschürze mitbringen!

€ 79,- + € 20,- (Lebensmittel, Getränke, Infomaterial und Rezepte)

Anmeldung bei Judith Matuschek - Irnkam 11 - 83083 Riedering
Per E-Mail: Mit-freude-essen@gmx.de oder per Fax: 08053 -7989688

Name:

Adresse:

Telefon:

Kurs:

Danke schön ☺

Rückfragen gerne unter: 08053-794121 oder mobil: 01577-7792392