

mit
NATURATA
genießen



Frühlingsfit mit Basenfasten

Am **Mi. 12. Februar** um **18:30 Uhr**
im **NATURATA Bio-Restaurant** in Munsbach

Frühlingsfit mit Basenfasten

Zum Winterende hin sehnen wir uns nach Leichtigkeit und Erneuerung. Dabei ermöglicht eine basische Entlastungskur, dass sich unser Körper und Geist auf leichte Weise erholen. Auf Nahrung verzichten muss aber niemand - beim Basenfasten ist Essen nämlich erlaubt. Die Auswahl der richtigen Lebensmittel ist jedoch entscheidend.

Ein ausgewogenes Verhältnis von Säuren und Basen im Körper ist für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden von ganz entscheidender Bedeutung. Glänzendes Haar, schöne Haut, straffes Gewebe oder ein starkes Immunsystem sind abhängig von der Säure-Basen-Balance.

In ihrem Seminar erklärt Ihnen Miia Susanna Klein, was es mit dem Entschlacken auf sich hat und wie sich Säuren und Basen auf die Gesundheit auswirken, wie Sie Ihre Ernährungsgewohnheiten verbessern können und wie einfach sich eine basische Ernährung im Alltag umsetzen lässt!



im **NATURATA Bio-Restaurant**

13, rue Gabriel Lippmann – L-5365 Munsbach

Anmeldung unter event@naturata.lu bis einschließlich **11.02.20**

20 € / Person | Das Seminar ist auf Deutsch.