

„SCHLANK IN DEN Frühling“

mit der „**SÄURE-BASENKUR**“
entgiften/entschlacken und dabei noch gesund abnehmen
IHRE ANGELEITETE BASENWOCHE FÜR ZUHAUSE

- Möchten Sie überflüssige Pfunde loswerden um wieder in Ihren Bikini zu passen?
- Sind sie immer müde, lustlos und antriebslos?
- Leiden Sie unter Gelenksbeschwerden wie Osteoporose, Rheuma, Arthrose oder Schmerzen?
- Wollen Sie Ihrem Darm etwas Gutes tun, weil sie an Verstopfung oder Verdauungsbeschwerden leiden?
- Leiden Sie an Bluthochdruck, erhöhtem Cholesterin oder Diabetes?
- Sind Sie oft geplagt von Migräne oder Kopfschmerzen?

dann ist diese
Basenkur genau das
RICHTIGE
für **SIE!**



Leichter Essen - Leichter Leben

Ernährungsberatung

Was ist eine **Übersäuerung**?

Lebensmittel werden im Körper entweder sauer oder basisch verstoffwechselt. Der Körper hält lange die Balance des Säure-Basenmilieus. Durch Ernährungsfehler, Stress der in unserer Gesellschaft zur Tagesordnung gehört, Umweltgifte, Nikotin und Alkohol, wenig Bewegung an der frischen Luft gerät der optimale PH-Wert aus dem Gleichgewicht. Es kommt zu einer Übersäuerung im Körper = Azidose. Basische Lebensmittel wirken dem entgegen, deshalb ist eine basische Ernährungsweise mit einer ein- bis zweiwöchigen Basenkur zu empfehlen um die Beschwerden zu lindern und gleichzeitig auch noch überflüssige Pfunde loszuwerden!

Was kann Übersäuerung im Körper **anrichten**?

Übersäuerung kann eine Vielzahl an chr. Erkrankungen zur Folge haben wie z.B. Allergien, Rheuma, Arthrose, Osteoporose, Übergewicht, Diabetes, Herz-Kreislauferkrankungen, Migräne, Depressionen....



Gerne erstelle ich Ihnen Ihren
**„INDIVIDUELLEN
ERNÄHRUNGS-
PLAN“**

Bei Interesse bitte melden bei:

Regina Wellnhofer

Ziegeleiweg 4 • 84364 Bad Birnbach

Tel.: 0151 / 232 883 15

