
Mit Fasten in Balance kommen

Fasten ist mehr als nichts essen

FASTEN einst religiös motiviert,
jetzt wissenschaftlich bewiesen

Gelenke befreien
Energie gewinnen
Stress abbauen
Beweglicher werden
Blutwerte verbessern
Entzündungen abbauen

Immunsystem stärken
Wechseljahresbeschwerden mindern
Selbstheilungskräfte anregen
und dabei ein paar Pfunde verlieren...

www.diewiege.com



Andrea Frick, staatlich geprüfte
Diätassistentin, Fastenleiterin
Essconcept, Beim Freibad 4, 72172 Sulz,
Tel: 07454/9809601
Mail: essconcept@t-online.de



ESS CONCEPT

diätberatung • ernährungstherapie
andrea frick



FASTEN + BASENFASTEN

MIT CONCEPT

Gesundheit erleben
Natürlich entlasten
Grossputz von innen



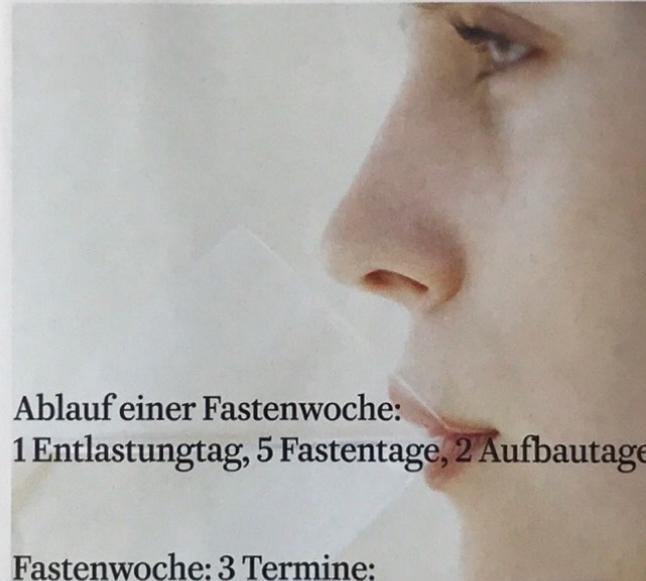
ESS CONCEPT

diätberatung • ernährungstherapie
andrea frick



**Kostenloser, unverbindlicher Infoabend
Am Dienstag, 13.10.2020, von 19-20 Uhr**

**Wo: Elly-Heuss-Knapp Schule, Neckatstr. 8,
72172 Sulz/Neckar
Ohne Anmeldung!!!!**



**Ablauf einer Fastenwoche:
1 Entlastungstag, 5 Fastentage, 2 Aufbautage**

Fastenwoche: 3 Termine:

**Dienstag, 10.11. (=Einführungsabend)
Freitag, 13.11. (=erster Fastentag)
Montag, 16.11. (=Wie geht es weiter?)
Jeweils 19-20 Uhr**

**Wo: Seminarraum Apotheke am Rathaus
Obere Hauptstr. 1, 72172 Sulz**

**Anmeldung: 07454/9809601 oder
essconcept@t-online.de**

Basenfasten mit Concept
Basenfasten ist eine alltagstaugliche Form des Fastens, um den Körper zu entsäuern, entgiften, entfetten. Sie ist für alle geeignet, die schon immer einmal fasten wollten, es aber nicht schaffen, eine Woche lang nichts zu essen. Beim Basenfasten wird zwar gegessen (leckere Gemüsesuppen, Säfte, Früchte, Gemüse), aber nur 100% basische Lebensmittel. Ganz nach dem Motto:
"So wenig wie möglich, so viel wie nötig!"

Fasten mit Concept
Fasten zur Regulierung des Säure-Basen-Haushaltes.
Fasten zur Erhaltung und Rückgewinnung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit
Fasten als Frühheilverfahren bei ernährungsmitbedingten Erkrankungen
Eine Woche Fasten kann Wunder vollbringen, weckt neue Lebensgeister, bringt Energie und führt zu besserem Wohlbefinden.
In der Fastenwoche gibt es Tee, Honig, frische Säfte, Gemüsesuppen, Gemüsebrühen

**„FASTEN“
Vorteile für Körper und Geist
Der Körper regeneriert sich
Gewicht verlieren**