

Neujahrsmasten – **Mit Autophagie- Basenfasten ins Neue Jahr**

7.1. bis 17.1.2025

Kosten: € 198,-

Leitung: Mag. Nina Patter

Pharmazeutin, Fastenleiterin & Gesundheitstherapeutin

Termine:

Dienstag, 7.1.2025, 17:00 – 18:00 Uhr

Freitag, 10.1.2025, 17:00 – 18:00 Uhr

Dienstag, 14.1.2025, 17:00 – 18:00 Uhr

Freitag, 17.1.2025, 17:00 – 18:00 Uhr

Nach den üppigen Feiertagen und einem viel zu viel wieder einmal zur Ruhe kommen, Ballast abwerfen, entschlacken und entgiften. Im Neuen Jahr mit Autophagie-Basenfasten ganz bewusst in eine neue Richtung starten und persönliche Vorsätze umsetzen.

Gemeinsam fasten wir 10 Tage lang. Wir entgiften und entschlacken unseren Körper durch basische, glutenfreie und reduzierte Kost. Zusätzlich führen wir unseren Körper mit einer Nahrungspause von mindestens 16 Stunden gezielt in die Zellentgiftung. Dadurch können viele Beschwerden wie Verspannungen, Kopfschmerzen, Magen-Darmprobleme, Gelenkschmerzen oder Hautprobleme gelindert, Leber und Niere entgiftet, und unser Wohlbefinden gesteigert werden.

In dem Zeitraum bekommst du alle erforderlichen Unterlagen, Handouts, Rezepte sowie Tipps und Tricks von der Fastenleiterin. Der Fastenkurs findet ONLINE über Zoom statt.

Auch als Kombipaket mit persönlich abgestimmtem Detox-Termin buchbar! Nahrungsmittelunverträglichkeitstest inkl. um nur € 292,-.

Infos & Anmeldungen bei Mag. Nina Patter
0650/5655565 oder info@gesundheitspraxislinz.com,
www.gesundheitspraxislinz.com

