

Liebe Fastenteilnehmer/Innen, liebe Interessenten/Innen

Es ist wieder soweit, die nächst DOJO Zeit steht an und somit steht der Frühling in den Startlöchern!

Ab dem 25. Januar 2021 sind wir in der Frühjahrs DOJO Zeit, der Zeit zum „Aufwecken des Yang“: Der gesamte Stoffwechsel, die Fettverbrennung, die Immunabwehr und unsere gesamte Power stehen in den Startlöchern!

Die Zeit des Winterschlafes für Stoffwechsel, Fettverbrennung und Immunabwehr ist ab dem Vollmond vom 28. Januar 2021 vorbei. Wecken wir diese wichtigen Funktionen, helfen wir dem Körper beim Entledigen von überflüssigen Schlacken, Fettpölsterchen, Wassereinlagerungen und Müdigkeit. Ich begleite dich mit Rat und Tat während der Getreidefastenwoche, (Detox- Woche, Basenwoche, Schlemmerwoche usw. diese Namen kommen von meinen glücklichen Kunden) und freue mich, dass du auch in dieser DOJO Zeit dir wieder etwas Gutes tust.

„Aufwecken des Yang“ – Vital und befreit in den Frühling

Entlasten	29.01.-31.01.2021
Fastentage	01.02.-06.02.2021
Aufbautage	07.02.-09.02.2021



Onlinetreffen auf Zoom sind an folgenden Daten jeweils um 19:30 Uhr

27.01.2021	offene Fragen klären, „Starter“ in der Gruppe begrüßen
01.02.2021	1. Fastentag
05.02.2021	5. Fastentag
18.02.2021	Fastenschlusstreffen

Was beinhaltet die Getreidefasten Woche?

30 Seiten mit ausführlicher, schriftlicher Anleitung mit saisonalen Themen und Rezepten
 7 Motivations-Mail mit Tagestipps und Rezepten
 4 Zoom treffen bei denen ich deine Fragen beantworte und dir wissenswertes rund um die TCM Ernährung und Lebensweise erzähle

Was kostet die Getreidefasten Woche?

Der Wert dieser Getreidefastenwoche: 4 Stunden online Betreuung: 530.-, tägliche Motivationsmail 150.-
 Ausführliche, saisonale schriftliche Anleitung 50.- und Betreuung während der Woche 50.- ergibt total 780.-
 Und dein Preis für diese Investition in deine Gesundheit beträgt 150.-

Die Daten der nächsten DOJO Zeit für dich zum vormerken

„Die Mitte stärken, die Leber entlasten, Gewicht verlieren“

Entlasten	30.04.-02.05.2021
Fastentage	03.-08.05.2021
Aufbautage	09.-11.05.2021

und nun geht's los in ein aktives und schlankes Frühjahr!

Anmeldung auf info@praxis-kuenzli.ch oder 079/679 83 45

Herzlich
 Cécile Künzli-Zangger

