



Liebe Fastenteilnehmer/Innen, liebe Interessenten/Innen

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

Ab dem 26. April sind wir in der DOJO-Zeit zwischen Frühling und Sommer. Wir können diese Zeit intensiv für die Leberpflege nutzen. Die Entgiftungsfunktion und somit eine mögliche Gewichtsabnahme wird in dieser Zeitqualität von der Natur intensiv unterstützt.

Diese Getreide-Fasten-Tage sind für Sie geeignet, wenn Sie

- Unter Müdigkeit leiden
- Verdauungsprobleme (Verstopfung, Durchfall, Blähungen usw.) haben
- Ihre Haut müde und fahl wirkt oder Sie Hautprobleme haben
- Immer wieder unter Stimmungsschwankungen leiden
- Wassereinlagerungen haben
- Sich etwas Gutes tun möchten und auf eine sanfte Art unter professioneller Begleitung in einer motivierten Gruppe Fasten möchten

„Entgiftung der Leber“ – Vital und befreit in den Sommer

Entlasten	26.04.-28.04.2024
Fastentage	29.04.-05.05.2024
Aufbautage	06.05.-08.05.2024



Onlinetreffen auf Zoom sind an folgenden Daten jeweils um 19:30 Uhr
23.04.2024 offene Fragen klären, „Starter“ in der Gruppe begrüßen
30.04.2024 2. Fastentag
08.05.2021 Fastenschlusstreffen

Was beinhaltet die Getreidefasten Woche?

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

Was kostet die Getreidefasten Woche?

Die Investition in deine Gesundheit beträgt 189.- (Plus das Fastenpaket)

Die Daten der nächsten DOJO Zeit für dich zum vormerken

„Immunstark in den Herbst: Die Lunge stärken, die Mitte entlasten“

Entlasten	23.08.- 25.08.2024
Fastentage	26.08.- 01.09.2024
Aufbautage	02.09.- 04.09.2024

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

Herzlich
Cécile Künzli-Zangger

