

Polarity Ernährung

Gesund **heit** er leben

Mit der **Polarity-Reinigungskur** in den Frühling



Entgiften, entschlacken und unsere Vitalität aufbauen,
das sind die Ziele der
Polarity-Reinigungs-Kur

Sie essen natürliche Lebensmittel so viel möchten!

Vorträge: 24. Januar - 12-13.30 Uhr &
11. Februar - 20.15-21.45 Uhr

Telefon: 06190/930862



Vitalstoffe
in unserer Nahrung
sind die Basis für
**Gesundheit,
Beweglichkeit und
Leistungsfähigkeit.**



Informationen über die
**Funktionsweise des
Verdauungssystems,**
helfen uns zu
verstehen, wie
Verdauungsprobleme
(Gasbildung, Sodbrennen, Verstopfung)
entstehen, und wie wir
diese auf ganz
natürliche Weise
vermeiden können.



Gesamtkonzept:

Polarity Yoga & Einführung / Kur:
25. Feb.2008, 18.30 Uhr & 20.15 Uhr
(Tagesablauf, Einkaufsliste, Rezepte)

Obsttag: 5. März 2008

Beginn Kur: 6. März 2008

Walken & Polarity Yoga: 8. 3. 10 Uhr

Polarity Behandlung: individuell

Polarity Yoga & Austausch: 10.3. 18.30

Einfädeln in normale Kost: 14.3. 19.30

