



Basisch. Leicht. Vital. - Deine Detoxkur mit Genuss Dein Weg zu mehr Energie und Wohlbefinden!

Warum Detox?

- Du fühlst Dich in letzter Zeit öfter erschöpft und energielos?
- Du leidest nach dem Essen unter Völlegefühl, Sodbrennen und Müdigkeit?
- Du bist überreizt und hast Schlafprobleme?

Dann ist jetzt der perfekte Zeitpunkt Deinen Körper sanft zu entlasten, Ballast abzuwerfen, neue Energie zu tanken und Dich wieder rundum wohl zu fühlen!

Darauf darfst Du Dich in der Online-Detox Woche freuen:

- **alltagstaugliche Rezepte - frisch gekochte Mahlzeiten:** Alle basenreichen oder basischen Gerichte sind schnell und unkompliziert zubereitet - perfekt auch für den hektischen Alltag
- **Flexibles-Online-Format:** Teilnahme bequem von zu Hause, in Deinem persönlichen Umfeld - *ohne Anreise und Hotelkosten*
- **Persönliche Begleitung:** Über WhatsApp und Zoom bin ich jederzeit an Deiner Seite - für Fragen, Motivation und Unterstützung
- **Mehr als nur Detox:** Neben basenreicher Kost erwarten Dich Impulse zu Stressabbau, Bewegung und Achtsamkeit - für Dein ganzheitliches Wohlfühlprogramm!
- **Gemeinsam & Austausch:** Stärke Deine Motivation in einer Gruppe Gleichgesinnter. Gemeinsam erreichen wir mehr!

Dein Gewinn:

- Entgiften mit Genuss
- Du fühlst Dich schon nach wenigen Tagen leichter, ausgeglichener und vitaler
- Du bringst Deinen Säure-Basenhaushalt ins Gleichgewicht
- entlastest Leber und Darm
- findest besseren Schlaf und innere Ruhe
- steigerst Deine Konzentration und Leistungsfähigkeit
- Völlegefühl, Blähbauch und Sodbrennen gehören der Vergangenheit an
- Deine Energie kehrt zurück

Detox ist nicht nur körperlich, sondern auch mental eine Chance, alte Gewohnheiten loszulassen und sich neu auszurichten - **ein Neustart für Körper und Geist**

So läuft die Detox-Woche ab:

1. **Startklar:** Vor der Detox-Woche treffen wir uns **am 18. April 2025 um 18.00 Uhr zum Kick-off auf Zoom** und Du bekommst alle Infos, Einkaufslisten und Rezepte
2. **Tägliche Begleitung:** mit Tipps, Motivation und Austausch via WhatsApp oder Zoom
3. **Aktiveinheiten:** Live über Zoom oder als Aufzeichnung verfügbar - 1x Kochworkshop und pro Woche je 1 Einheit: FaszienTraining, Detox-Yoga, Fit & Aktiv
4. **Deine Zeit - Dein Tempo:** Koche, genieße und entgifte in Deinem eigenen Rhythmus
5. **Gemeinsam zum Ziel:** Nach 7 oder 14 Tagen feiern wir Deine Erfolge und Du bekommst Impulse für eine langfristige, nachhaltige Umsetzung

am Freitag, 18. April 2025, 18.00 Uhr
Kick-off und Einführung in die Detox-Woche

am Sonntag, 27. April 2025 geht's los!

Ich begleite Dich
7 oder 14 Tage durch Deine sanfte Detox-Kur
ohne radikale Einschränkungen,
aber mit maximalem Effekt auf Dein Wohlbefinden!

Leicht, frisch, alltagstauglich
Bist du bereit für Dein neues Wohlgefühl?
Dann starte Deine Online-Detox-Woche - JETZT!

Dein Investment
7 Tage - EUR 247,00
14 Tage - EUR 487,00

Jetzt anmelden und dabei sein!
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt,
damit ich Dich individuell betreuen kann!

Melde Dich jetzt an und sichere Dir Deinen Platz!

M: +43 (0)664 191 41 06
E: b.eduardoff@kabsi.at

Ich freu' mich darauf, Dich auf Deiner Detox-Reise zu begleiten!

Deine Brigitte

Brigitte Eduardoff - www.fasten-genuss.at

