



Body & Mind

Detox Week

03.02.2023 - 10.02.2023

Körper & Geist entschlacken
und das Immunsystem stärken
mit zuckerfreiem Ayurveda.
Für ein gesundes Körpergefühl.

Kommt dir das bekannt vor ?

- Dein Immunsystem hat gelitten und du hast das Bedürfnis, den ganzen alten „Mist“ aus deinem Körper zu verbannen?
- Du fühlst dich häufiger energielos, müde und irgendwie aufgebläht? Kommst ohne deinen Kaffee am Morgen nur schwer in die Gänge? Und auf Klo?
- Du kennst Stimmungsschwankungen, Schlafprobleme oder innere Unruhe?
- Du wirst immer wieder schwach bei Süßigkeiten, Chips und Co. ?
- Du hast in deinem vollgepackten Alltag keine Ahnung, wie eine zuckerfreie und gesunde Ernährung nachhaltig funktionieren kann?

Stell dir mal vor...

...du würdest deinen Körper sanft, aber effektiv entschlacken und dein Immunsystem sowie deine Verdauung kräftig boosten.

...du könntest es endlich schaffen, deinen Zuckerkonsum (auch all den versteckten Zucker) zu reduzieren, ohne das Gefühl von Verzicht.

...du wüsstest, wie du deine Mahlzeiten einfach, gesund und auf allen Ebenen nährend gestalten kannst.

...du könntest über deine Ernährung dein Stress- und Energielevel richtig positiv beeinflussen.

...du wärst bei all dem betreut und hättest ausreichend Raum für deine Fragen.

In meiner Body & Mind Detox Woche
vom 03.02. - 10.02.2023 erfährst du all das.

Eine ganze Woche lang begleite ich dich auf
deinem ersten Weg hin zu einem zucker- und
glutenfreien, bewegten Leben.

All das bekommst du:

- Einen spannenden Einführungsworkshop am **03.02.2023 um 19.00 Uhr** über die Ernährung, die mich seit Jahren trotz großer, gesundheitlicher Hürden energiegeladen durch den Alltag trägt und so Vieles zum Positiven verändert hat
- Ein ausführliches Handout mit Wissen, fertiger Einkaufsliste und leckeren, vegetarischen Rezepten für eine komplette Woche
- Zwei wohltuende Yogastunden online via Zoom, am 05. & 09.02.2023, zur Anregung deiner Entschlackung und deines Immunsystems
- Eine kraftvolle Meditation und tiefgehende Journalingimpulse für deinen persönlichen Erfolg
- Betreuung durch mich während der Woche

Und das Beste ist:

Alles steht dir dauerhaft zur Verfügung, so dass du nichts verpasst, solltest du an einem Livetermin nicht dabei sein können.

Du kannst also jederzeit alles in deinem eigenen Tempo wiederholen.

Und all das für einen einmaligen **Frühbucherpreis**
von nur **66,00 EUR**
(statt regulär 88,00 EUR)

*Frühbucherpreis gilt bis zum 22.01.2023.
Danach steigt der Preis auf 88,00 EUR

So bist du dabei:

Du schreibst eine Email an

hallo@seelenbaumler-yoga.de

erhältst deine Rechnung, überweist den Betrag und bist dabei.

Oder: Du sendest den Betrag über **66,00 EUR**
unter Angabe deiner Emailadresse bis zum **22.01.2023**
an

<https://paypal.me/seelenbaumleryoga/66>



*Hier nochmals alle
Online live Termine
im Überblick*:*

Einführungsworkshop am
03.02.2023 um 19.00 Uhr

Detox Yogastunde am Sonntag,
den 05.02.2023 von 10.30 - 11.30 Uhr

Detox Yin Yogastunde am Donnerstag,
den 09.02.2023 von 19.30 - 20.45 Uhr

*Ja, alles wird aufgezeichnet.