

Frühjahrsputz für den Körper

Mittwoch, 01. Februar 2023 im Vereinslokal

Kursabend mit Ruth Manser

Kurs-Dauer: 19 - ca. 21 Uhr



Kursinhalt:

- Warum «Frühjahrsputz» wichtig ist
- Darmflora - Darm-/Körperreinigung. - Re-Set
- Basische Ernährung, unterstützende Kräuter
- Darm-/Körperaufbau
- Unterstützende Karten
- Gesunderhaltung

Vorankündigung:

Connie und Ruth unterstützen euch beim „Frühjahrsputz“ und kochen für euch:

Basisches Mittagessen im Vereinslokal, für dich und deine Familie vom **Montag, 6. bis Freitag, 17.2.** jeweils am Mittag zusätzlich basische **Suppe zum Mitnehmen** für den z'Nacht