

Ayurveda & Detox

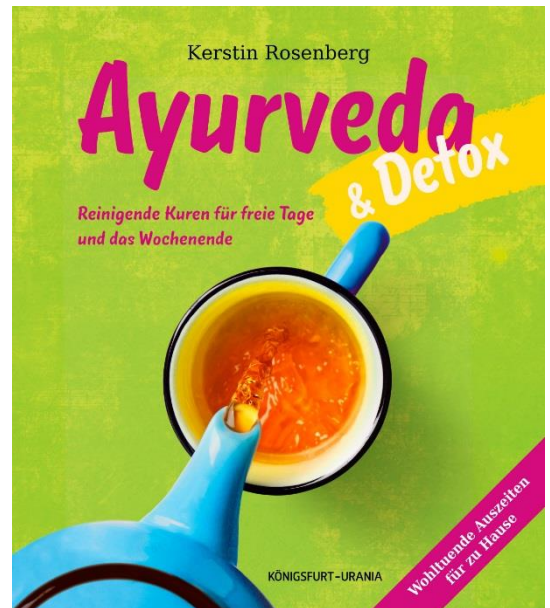
Reinigende Kuren für freie Tage und das
Wochenende

Kerstin Rosenberg

Hardcover, 160 Seiten

ISBN: 978-3-86826-169-1, 17,95 Euro

ET April



Ayurveda versteht Gesundheit als harmonisches Gleichgewicht der körperlichen, geistigen und seelischen Kräfte. Krankheiten hingegen entstehen, wenn sich das typgerechte Gleichgewicht verschiebt und sich Stoffwechsellrückstände im Körper ansammeln.

Die renommierte Ayurveda-Spezialistin Kerstin Rosenberg stellt verschiedene ayurvedische Detox-Kuren vor, die Sie ganz bequem zu Hause durchführen können. Sie beschreibt Anwendungen und einfache Rezepturen mit Kräutern und Ölen für jeden Konstitutionstyp, so dass Entgiftung und Ausleitung angeregt werden. Gewichtsreduktion, Regeneration, Immunstärkung, Anti-Stress oder mehr Power - hier finden Sie verschiedene Anleitungen für jeden Typ und für jede Jahreszeit.

- Zum Abnehmen, zur Immunstärkung oder für mehr Power
- Einfache Rezepte mit Kräutern, Ölen und passenden Lebensmitteln
- Für Wochenenden oder freie Tage – tolle Kuren für zu Hause

ANFORDERUNG VON PRESSEEXEMPLAREN

GERNE SCHICKEN WIR IHNEN EIN KOSTENLOSES REZENSIONSEXEMPLAR ZU, BESTELLEN SIE:

Per Post an Königsfurt-Urania Verlag, D-24796 Krummvisch b. Kiel, z. H. Dr. Jennifer Lorenzen-Peth oder Tel. 04334-18 22 007 oder E-Mail: presse@koenigsfurt-urania.com