

In 10 Tagen zu mehr Leichtigkeit und Vitalität

Langsamer Stoffwechsel, schwaches Immunsystem, wenig Energie: wo ist der Haken?

- Hast du über die letzten Jahre ungewollt zugenommen, vor allem am Bauch?
- Ist dein Schlaf unruhig und von Aufwachphasen unterbrochen?
- Bist du morgens oft energielos und träge?
- Sind deine Blutfettwerte / der Blutdruck erhöht?
- Bist du nach dem Essen manchmal müder als davor?
- Leidest du unter Brain Fog, PMS, Menstruationsbeschwerden oder Hitzewallungen?
- Wird dir leicht übel bei fettigem Essen, und Alkohol verträgst du auch kaum noch?
- Und hast du das Gefühl, deine Immunabwehr und deine Haut waren schon mal besser?

Dann hast du sehr wahrscheinlich ein überlastete Leber. Die Symptome dazu werden leider oft als „altersbedingt“ erklärt und still hingenommen, ohne dass weiter nach der Ursache gesucht wird.

Was hat deine Leber damit zu tun?

Die Leber verrichtet das ganze Leben lang die wichtige Aufgabe, dein Blut im Körper zu reinigen: sie befreit es von Pathogenen, Keimen, Bakterien, Viren, Toxinen und anderen Schadstoffen, um es für die beiden Organe Herz und Hirn zu filtern. Im Laufe der Zeit – und je nach Lebensumständen, Vorbelastungen und externen Umweltgiften – kann es zu einer Akkumulation der Schadstoffe kommen. Dazu ist ein nährstoffarmes fetthaltiges Essen eine enorme Belastung für die Blutreinigung und Lymphe. Alles zusammen lässt deine Leber an ihre Grenzen kommen und kann zu hormonellen/ immunologischen/ psychischen Dysbalancen führen.

Was genau machen wir in der Leberkur?

Die Leber Vitalkur ist nach der Leberkur 3-6-9 von Anthony William („Heile deine Leber“) aufgebaut. In den 10 Tagen der Kur (keine Fastenkur!) wird die Leber mit Hilfe von 60 heilenden pflanzlichen Nahrungsmitteln und weiteren Maßnahmen gezielt unterstützt. Wir versorgen die Leber mit reichlich essentiellen Nährstoffen, die sie zum Aufbau und zur Regeneration, für die Tiefenreinigung und für die Ausleitung benötigt. Nahrungsmittel, die die Leber belasten, hindern oder schwächen werden in den 10 Tagen komplett vermieden. Für deine Leber ist das die reinste Wohltat und sie kann ihre ursprünglichen Funktionen bald wieder wesentlich besser ausführen.

Mein Coachingprogramm beinhaltet:

- gezielte Vorbereitung, Organisation und Planung der Kur
- Begleitung über insgesamt 13 Tage
- 4 Zoom Meetings zur Besprechung der jeweiligen Phasen
- Alle relevanten Unterlagen: Einkaufslisten, Rezepte, Inhalte
- Austausch über Whapp/Telegram Gruppe

Mehr Info findest du auf meiner HP unter www.christinaleipold.com



Wie kannst du daran teilnehmen?

Du brauchst in deiner Küche einen Standmixer / Smoothie-Mixer und einen Entsafter oder Slow-Juicer. Christina hat auch einen Slow-Juicer als Leihgerät für 25,-€ während der Kur zur Verfügung.

- Das **Einzelcoaching** inkl. Vor - und Nachbereitung zu deinem Wunschtermin: **1190,-€**.
- Die **Gruppentermine** finden 6 Mal jährlich bei abnehmendem Mond statt: **390,-€**
- Zusätzlich gibt es ein spezielles **Yoga** Programm, das auf die 3 Phasen der Kur abgestimmt ist: **70,-€**
- Das **Vitalkur Paket** mit dem Pitaya-Pulver und den 3 Abendtees gibt es um **25,-€** zzgl. Porto.
- Partner im selben Haushalt erhalten **50% Ermäßigung** auf die Teilnahme in der Gruppe.

Kontaktiere **Christina** bzgl. der nächsten freien Termine: **Email:** tinlei@web.de **Mobil:** +43 650 361 16 26

www.christinaleipold.com