



EINLADUNG zum

BASENFASTEN * Impuls-Vortrag *

am Mittwoch, 16. Oktober um 19.30 Uhr im Studio Pilates&more!

An diesem Abend möchte ich Ihnen einführende Informationen geben zu
basenfasten – die wacker-methode®

Wie kann ein zeitweiliger Verzicht auf säurebildende Nahrungsmittel den
Organismus entlasten und die Selbstheilungskräfte anregen?
Wenn Sie sich energielos fühlen oder schlecht schlafen, es hier & da zwickt,
Sie gern etwas abnehmen möchten, ohne dabei Kalorien zu
zählen: Kommen Sie zum Vortrag, bringen Sie Ihre Fragen und Ihre
Freunde*innen mit!

Ich freu mich auf Sie! **Gertrud Braun**
Beraterin basenfasten – die wacker-methode®

*** Das nächste begleitete Basenfasten ist für Ende Oktober geplant. ***

→ Der Vortrag ist kostenlos – Spenden sind erwünscht.

→ Bitte bringen Sie Socken oder Hausschuhe mit.

Pilates&more! GanzKörperTraining für Ältere&Jüngere

Hauptstraße 127b, 79650 Schopfheim
Mail: kontakt@pilates-more.de & Mobil: +49 1575 5448779

www.pilates-more.de