

Morgenstund mit Zitrone und Stangensellerie!

Workshop für einen guten Start in den Tag!

In diesem Workshop zeige ich ihnen/dir wie ich meinen Tag beginne, dabei meine Leber spüle, meine Darm saniere und mein Immunsystem stärke.

Angelehnt an den Erfahrungen von Anthony William und Peter Jentschura.

Sie erfahren wie wichtig Obst und Gemüse für unsere tägliche Ernährung sind und bekommen praktische Tipps mit auf den Weg.

Z. B.: Was passiert mit einem Apfel, wenn ich ihn 3-5 Minuten vor dem Verzehr liebevoll in der Hand halte?

Oder haben Obst und Gemüse Botschaften für uns?

Natürlich geht es auch ums Machen und probieren. Selleriesaft selbst gepresst, Smoothie grün oder blau?

Liebe geht durch den Magen, Selbstliebe beginnt mit einem guten Frühstück...

Ich lade Sie ein, etwas Neues zu wagen!

Sonntag 26. April 2020 um 10:00 Uhr

Dauer 2 bis 2,5 Stunden.

Ausgleich 25 € inklusive Getränke und Zutaten.

Maximal 8 Teilnehmer, bitte spätestens anmelden bis Montag 20. April 2020



Tanja Meyer zu Ohsen
MzO – Coaching & Beratung
Wincklerstrasse 12
32257 Bünde
05223 180 66 82