

Monika Immler-Tscherntschitz - Bgm-Hertlein-Straße 14 - D-87534 Oberstaufen

Tel. 08386-96 05 64 - Email: [info@naturprodukte-immler.com](mailto:info@naturprodukte-immler.com)

## **Detox Heilfasten**

Detox Heilfasten - die naturbelassene Wohltat für den Körper.

Detox Heilfasten eignet sich ideal dazu, den Körper auf natürliche Art und Weise zu reinigen.

Dabei basiert die beliebte Gesundheitskur auf der naturheilkundlichen Theorie des Säure-Basen-Gleichgewichts. Ist dieses aus der Balance geraten, wird die Verdauung träge, Hautprobleme oder ein generelles Gefühl der Müdigkeit sowie Kopfschmerzen stellen sich ein.

Durch eine angepassten Ernährung ist es jedoch möglich, den gestörten Basenhaushalt auszugleichen. Hierzu bieten sich vor allem frisches Obst und Gemüse, aber auch das Kochen mit Kräutern, an. Sojaprodukte unterstützen den Körper außerdem bei der Entsäuerung, was ebenso für eine moderate Bewegung an der frischen Luft gilt.

Soll das [Detox Heilfasten](#) zusätzlich unterstützt werden, empfiehlt sich der Genuss speziell dafür entwickelter Kurmahlzeiten. Diese sind nach neuestem Stand der Wissenschaft zusammengestellt, um den Körper bei seiner Regeneration zu entlasten.

Als ganzheitliches Ernährungskonzept orientieren sich diese an natürlichen Bestandteilen, die der Organismus rasch ausscheidet und nicht ablagert.