Pilates Gertrud Braun &more!

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