

Zuur-base reinigingskuur PDF

Thorsten Meininger



Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.



DOWNLOAD PDF

Schrijver: Thorsten Meininger

ISBN-10: 9789460151163

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 4553 KB

OMSCHRIJVING

Onze westerse voedingsstijl bevat te veel zurevormende voeding - voeding rijk aan eiwitten - en te weinig basenvormende voeding - zoals groenten en fruit. Deze disbalans wordt gezien als een oorzaak van een groot aantal (welvaarts)aandoeningen, zoals vermoeidheid, spierpijn, hoofdpijn, huidproblemen, terugkerende ontstekingen, fibromyalgie en verhoogde bloeddruk. Een zuur-base-reinigingskuur - waarbij er overwegend basenvormende voeding wordt gegeten - kan klachten doen verminderen of zelfs volledig laten verdwijnen. Dit boek leidt je stap voor stap door de 10-daagse zuur-base-reinigingskuur. Na de kuur zul je je vitaler voelen, er frisser en gezonder uitzien en mogelijk een paar kilo's kwijt zijn. - De 10-daagse kuur is goed in te passen in de dagelijkse bezigheden en geeft geen hongergevoelens- Gemakkelijk te bereiden recepten- Met handreikingen voor een duurzaam gezonde voedings- en leefwijze Thorsten Meininger heeft natuurgeneeskunde gestudeerd en specialiseerde zich in reinigingskuren. Susanne Hazen studeerde psychologie en later natuurgeneeskunde. Samen hebben Thorsten en Susanne Detox Academy opgericht voor het geven van reinigingsweken en individuele begeleiding.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Zuur-base evenwicht uitgelegd. Bij het begrip zuur denk je al snel aan een smaak in de mond. Het heeft echter ook een compleet andere betekenis.

LIKE & WIN het boek: Zuur-Base reinigingskuur. Na een 10-daagse voedingskuur is het Zuur-Base evenwicht hersteld en uw lichaam weer in balans.

Onze westerse voedingsstijl bevat te veel zurevormende voeding - voeding rijk aan eiwitten - en te weinig basenvormende voeding - zoals groenten en fruit.

ZUUR-BASE REINIGINGSKUUR

[Lees verder...](#)