



© stockpics - Fotolia.com

Cocktail des Glücks

Fangen wir gleich damit an...

Für die typgerechte „Optimierung“ kann das Rezept für die Bedürfnisse der unterschiedlichen Dosha-Typen variiert werden, in dem die Zutaten nach den Regeln der Ayurveda-Diätetik ausgewählt und ausgetauscht werden. Denn jedes Nahrungsmittel verfügt aufgrund seiner Eigenschaften über spezielle Heilwirkungen, die wir durch den täglichen Verzehr in uns aufnehmen.

Programmablauf

- | | |
|--------------|--|
| 1. Termin | Anamnese der ayurvedischen Konstitution-Typisierung |
| 2. Termin | Besprechung der Auswertung – Beratung
Ernährungsplan für 21 Tage inklusive Gewürz-Mischungen
und Nahrungsergänzungsmittel. |
| 3.–5. Termin | Begleitendes Coaching |

Kurpaket 580,00