

Der Stoffwechsel- Kalender

Detox im Rhythmus der Jahreszeiten

Taschenbuch

Susanne Hackel

18,00 €

inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)

KOSMOS



- Optimal entgiften: Für jede Jahreszeit die passende Detox-Kur.
- Ganzheitliche Programme mit heimischen Heilpflanzen und Kräutern.

213x170x13mm (LxBxH)

1. Auflage 2022

Umschlag/Ausstattung: 84

Farbfotos,

Seiten: 144

EAN: 9783968590202

Art.-Nr.: 45020

Produktinformationen "Der Stoffwechsel-Kalender"

Entgiften, entschlacken und entschleunigen: Wer seinem Körper regelmäßig eine Detox-Kur gönnt, kann damit vielen Beschwerden vorbeugen und tut auch der Seele etwas Gutes. Die Heilpraktikerin Susanne Hackel geht sogar noch einen Schritt weiter und hat ihre Programme jahreszeitlich auf unsere wichtigsten Entgiftungsorgane abgestimmt - für eine optimale Entlastung und Aktivierung. Während z.B. im Sommer die Niere im Fokus steht, brauchen Leber und Darm im Frühling besondere Zuwendung. Zu jeder Kur gehören Ernährungstipps, Rituale, Übungen und Entgiftungs-Rezepte mit heimischen Heilpflanzen und Heilkräutern. Der perfekte Detox-Fahrplan für zu Hause.

Autorinnen und Autoren

Susanne Hackel

Susanne Hackel ist ausgebildete Heilpraktikerin und kennt sich auch mit Heilkräutern sehr gut aus. In ihrer "Kräuterwerkstatt" bietet sie regelmäßig Kräuterführungen, Seminare und Workshops zum Entgiften mit Kräutern im Jahreslauf sowie Fastenwochen am Meer an.

[Mehr zur Person](#)