



HAPPY DETOX

In diesem 4-Tage-Retreat wollen wir uns die Kraft des Loslassens und Reinigens zunutze machen. Warum braucht unser Körper Zeit für regelmäßige Entgiftung? Welche Lebensmittel, Rezepte, Kräuter und Gewürze wirken ausleitend und entschlackend? Welche Tagesroutinen unterstützen Sie liebevoll dabei und lassen sich leicht in Ihren Alltag integrieren? Und nicht zuletzt, wie können Sie am Ball bleiben und möglichst lang davon profitieren?

Die letzten Jahre haben uns viel Energie gekostet. Im wunderschönen Biosphären Reservat Schorfheide können wir uns rückverbinden mit der Natur, Freude beim gemeinsamen Werkeln in der Kochwerkstatt tanken und unsere Zellen einmal kräftig durchputzen.

08. bis 11. August 2024

Preis: €530,- inkl. Lebensmittel aus biologischem Anbau, Workshops, Vortrag, Morgengymnastik mit anschließendem Detoxdrink sowie 3 vegetarische Abendessen im Hotelrestaurant + 3 Übernachtungen im DZ

Ringhotel Schorfheide · Hubertusstock 2 · 16247 Joachimsthal / entspannte Anreise 13:00 Uhr



ANFRAGE / ANMELDUNG:

0151 - 23 68 2707

thea@theaveda.de

Herzlich Willkommen zu einer wunderschönen kreativen Auszeit.
Ihre Ernährungsberaterin
Thea Erwied

www.theaveda.de