

STOFFWECHSEL AKTIVIERUNG

Integrieren Sie diesen TIPP in Ihre Morgenroutine

AYURVEDISCHES WASSER

Heißes Wasser aktiviert den Stoffwechsel und hilft, den Körper zu reinigen. Aktivieren Sie Ihre Darmtätigkeit und Ihren Stoffwechsel. Starten Sie mit dieser einfachen Morgenroutine in den Tag. Entgiften Sie Ihren Körpers. Denn schwer Verdauliches wird so leichter hinaus gespült, bevor es sich festsetzen kann.

Tipp:

Das Wasser sollte 10-20 Minuten lang kochen. Somit ist es am wirkungsvollsten. Lassen Sie es auf Trinktemperatur abkühlen. Geschmacklich können sie Ihr Ayurvedisches Wasser aufwerten, indem Sie es mit Ingwerscheiben oder einem Spritzer Zitrone verfeinern.



LEARN MORE AT WWW.BUEHLERMED.COM