

Biotta Saftkur - Leichtigkeit pur by cermony®

Machen Sie mit bei der fünftägigen Saftkur, die Sie perfekt in Ihren Alltag integrieren können



Vorteile der von cermony begleiteten Saftkur:

- Tägliche Beratung bei Fragen durch eine erfahrene Drogistin
- Die Wickel und Bürstenmassage nach Sebastian Kneipp regen den Stoffwechsel zusätzlich an und verstärken die Detox Wirkung
- Tägliche Entspannung bei Wickel oder Bürstenmassage über Mittag auf unseren Relaxliegen
- Gemeinsam ist die Kur leichter und macht Spass

Vor der Kur:

- Planen Sie die Woche im Voraus. In dieser Woche sollten Sie möglichst viel Zeit für sich haben.
- Buchen Sie auf der Homepage cermony.swiss/cermony-booking Ihre Woche und die Uhrzeit über Mittag.
- Holen Sie Ihre Biotta Saftkur-Box in der Vorwoche bei cermony, The Circle 7 ab und lesen Sie zuhause das Booklet, welches der Box beigelegt ist. Es wird Sie durch die ganze Woche führen.



QR Code
Buchungsseite

Am Sonntag vor der Kur:

Der erste Tag der Saftkur ist der Vorbereitungsstag. Ihr Körper wird sanft auf die Saftkur vorbereitet, in dem Sie nur leichte Mahlzeiten essen und bereits erste Säfte trinken. Im Booklet finden Sie die Anleitung und Rezeptideen.



Ab Montag bis Freitag:

Ab jetzt werden Sie nichts mehr essen und nur noch die Biotta Säfte, Tee und Wasser trinken.

Über Mittag kommen Sie jeweils zur vereinbarten Zeit zu cermony und dürfen jeweils während ca. 25 Min. einen unterstützenden Nieren- oder Leberwickel* nach Sebastian Kneipp auf unseren Relaxliegen geniessen. Zeit zur Erholung und Entspannung! Am Donnerstag werden Sie statt eines Wickels eine 15 Min. Bürstenmassage* nach S. Kneipp erhalten und nochmals 15 Min. auf den Relaxliegen entspannen.

Vor und nach den Behandlungen steht Kräutertee für Sie bereit und Sie dürfen Ihre Säfte bei uns am langen Nussbaumtisch trinken. Bringen Sie diese bitte mit. Dieser Moment ist auch für den Austausch unter den Teilnehmenden ideal. Sie können sich kennenlernen, Tipps und Tricks austauschen und sich Rat beim cermony Team holen. Wir begleiten Sie sehr gerne.

Am Samstag:

Nach 5 Tagen Saftkur ist dies der Aufbau-Tag. Leichte Mahlzeiten, wie im Booklet von Biotta beschrieben und die letzten Säfte helfen Ihrem Organismus wieder in den Normalzustand der Nahrungsaufnahme zu kommen.

Sie fühlen sich wunderbar - ein Gefühl der Leichtigkeit und der inneren Zufriedenheit stellt sich ein. Ganz herzliche Gratulation, Sie haben die Saftkur gemeistert!



* **Leber- und Nierenwickel:** Eine Dampfkompresse mit Zusatz von rein pflanzlicher Leber- oder Nierentinktur wird grossflächig auf die Nierengegend oder die Leber gelegt und danach wird der Bauch-Rückenbereich mit Tüchern gut eingewickelt. Diese Wickel wirken durchblutungsfördernd, reinigend und regen die Organe an. Sie fühlen sich danach warm und entspannt.

* **Bürstenmassage:** Die Ganzkörpermassage mit einer Bürste regt den Kreislauf an, fördert die Hautdurchblutung, den Stoffwechsel und den Lymphfluss, was auch einen tollen Straffungseffekt der Haut hat. Zudem wird die Haut gepeelt und ist danach seidenweich. cermony Bodylotion, die wir nach der Massage einmassieren, verstärkt den Effekt zusätzlich. Der Körper fühlt sich danach warm und vitalisiert an. Das Kribbeln im ganzen Körper fühlt sich ähnlich an, wie nach einem aktiven Workout.