

# **Soami 6 Days Vegan Detox Challenge!**

## **“Because you will fall in love with yourself!”**

### **Basenfasten/Detox/Yoga-Woche**

**Haben Sie Sehnsucht nach körperlicher Entlastung, Entsäuerung, Entspannung, guter Luft und Bergen?**

**Haben Sie Sehnsucht endlich wieder ganz in Ihrer Mitte anzukommen und über Ihre ursprüngliche Energie zu verfügen?**

**Haben Sie Sehnsucht eine Woche lang ein Human Being und nicht ein Human Doing zu sein?**

Um Ihr inneres Gleichgewicht wieder zu erlangen, haben wir für Sie das einwöchige Soami Fasten/Detoxprogramm mit den besten und wirkungsvollsten Komponenten zusammengestellt. In einem exklusiven Rahmen, in einer kleinen Gruppe und Einzelzimmer für jede/n TeilnehmerIn.

#### **Was eine Soami Detox Woche bewirkt:**

- \*) Wiederherstellung eines gesunden Verhältnisses zwischen Säuren und Basen
- \*) der Entgiftungsprozess des Körpers wird unterstützt
- \*) der Verdauungsbereich wird gereinigt, entschlackt und damit entlastet
- \*) beschleunigte Zellteilung
- \*) innere Ruhe zu finden
- \*) Annäherung an das Idealgewicht (Gewichtszu- oder abnahme)
- \*) Sie finden wieder zu sich selbst
- \*) Konzentration auf das Wesentliche

#### **Die Soami Nahrung während der Detox/Fastenwoche:**

- \*) typgerechtes, basisches, biologisches, veganes Superfood aus der Soami Küche zubereitet und zusammengestellt von Hildegard Biller, Ernährungstherapeutin, Foodartist, 25 jährige Erfahrung mit Heilnahrung, Yoga- und Meditationslehrerin, Autorin
- \*) die Nahrung ist eine Kombination aus schonend, auf offener Flamme zubereiteten Speisen und Raw Food (rohen Nahrungsmitteln), green Smoothies, frisch gepressten Gemüse- und Obstsaften, Ingwer- und Zitronenwasser, Entgiftungstees, Quellwasser
- \*) Essen im Schweigen
- \*) Kaumeditation

#### **Programm/Anwendungen:**

- \*) Anleitung für die Woche vor Beginn der Soami Detoxwoche
- \*) persönliches Einführungsgespräch mit Hildegard Biller am Beginn der Detoxwoche
- \*) Körpertyp-, Gesichts-, Augen- und Zungendiagnose
- \*) 1x/Tag Soami Yoga 90-120 Minuten
- \*) 1x/Tag 20 Minuten stilles Sitzen/Meditation
- \*) 2x So Am I Atemtherapie
- \*) 1x Ingwerleberwickel
- \*) 1x Ingwernierenwickel
- \*) Schweigewanderung
- \*) Gehmeditation

- \*) 1x traditionelle Thai Ganzkörpermassage
- \*) 1x Lomi Lomi Massage
- \*) Ernährungscoaching am Ende der Detoxwoche
- \*) Darmfloraufbaupulver für die 10 Tage nach der Detoxwoche
- \*) Anleitung (optional) für unterstützende Reinigungsmaßnahmen zur Entsäuerung und Reinigung des Körpers: Ölziehen, Nasenspülung
- \*) keine lästigen Einläufe oder Bittersalz, sondern Kräuter zur sanften Entleerung des Darmes

Durch die tägliche Yogapraxis werden Sie beweglicher, die Anwendungen/Therapien entsäuern den Körper und entlasten den Verdauungsapparat. Dies hat zur Folge, daß die Selbstheilungskräfte des Körpers jede einzelne Zelle spürbar positiv beeinflussen.

Sie spüren nach der Soami Detoxwoche sowohl auf körperlicher als auch auf psychischer Ebene eine deutliche Entspannung, was wiederum den Freiraum für klare Gedanken, das Wahrnehmen Ihrer Bedürfnisse im Privat- und Berufsleben und eine mögliche Neuorientierung schafft.

Im Preis der Soami Detox/Fastenwoche sind sämtliche genannten Anwendungen, die Soami Nahrung, Getränke und die Nächtigung im Einzelzimmer inkludiert.

Preis:

Euro 1544.- all incl., incl. Stornoversicherung

Euro 1294.- ohne Anwendungen, incl. Stornoversicherung

Frühlingsdetox/fastenwoche: 30.03. - 05.04.2015

Herbstdetox/fastenwoche: 31.10. - 07.11.2015

Bitte kontaktieren Sie uns, wenn Sie Fragen haben: [office@soami.at](mailto:office@soami.at)