



MATKURS

med Thuy Dalen



Lær detox på mange måter. Rens kroppen og reduser avfallsstoffer som har bygd seg opp gjennom ferien!

Torsdag 20. september, kl. 17.30-21.00

Ullevål hageby seniorsenter, Damplassen 20, 0852 Oslo

Sett av kvelden til en inspirerende og praktisk innføring i detox! Lær enkle måter du kan benytte mat, drikke og klyster. Bruk naturlige enzymer i grønnsaker, frukt, bær, urter, og gode kostfiber som roer magen. Lag din egen pre- og probiotiske mat og drikke, uten sukker, melk og gluten. Kurset passer for alle, og er spesielt egnet for de med intoleranseproblematikk.

Kursholder er Thuy Dalen, akupunktør NAFO, qigong-instruktør og ernæringsveileder i asiatisk og vestlig ernæringsmedisin. Kursavgift: 800,- kr betales til konto **0539 21 87369** – dette teller som påmelding. NB! Det i tillegg mulig å få utført spytt- og urintest med Jens Veiersted samme dag kl 17.00-17.30. Dette koster 300,- kr ekstra.

Påmelding og info: post@barfotklubben.no

mob. 480 99 103 | www.barfotklubben.no



Velkommen!

