

Wat is detox?

Detox is een afgeleide term uit het Engels en betekent het verwijderen van opgehoopte gifstoffen uit het lichaam.

2021 is een zeer bewogen jaar geweest, waarbij ons lichaam het heel erg zwaar te verduren heeft gekregen. Het moest niet alleen strijden tegen vervuilen en gifstoffen die ons lichaam binnendringen via voeding maar ook via luchtverontreiniging. We hebben bovendien ook te maken met het gevaarlijke en hardnekkige Covid-19 virus.

Tijd om ons lichaam wat rust te gunnen en te helpen recupereren.

Zoals het ook gebeurt in de natuur, geven we in de herfst en winter rust aan onszelf om daarna in de lente weer open te bloeien en tot leven te komen.

Doel van detoxen?

Jouw levenslust, je energieniveau en glimlach staan centraal tijdens deze detoxkuur. We willen allemaal gezond, blij en vitaal zijn, maar wel een leven leiden waar ook nog een beetje "schwung" in zit.

Velen denken dat "detoxen" gelijk is aan saai en smakeloos. Niets is minder waar. ik wil jullie tonen dat "detox" niet alleen een uitstekende manier is om je lichaam gezond te houden, maar ook heel erg leuk, lekker en trendy is.

Ons concept?

Detoxvakanties in het buitenland worden steeds populairder, maar zijn meestal ook heel radicaal en niet voor iedereen haalbaar. Daarom stellen we jullie graag ons concept voor: ontgiften in groep en onder begeleiding. Het grote voordeel is dat je de gezonde gewoontes vanaf dag 1 leert te integreren in je dagdagelijkse routine. Je ontgift individueel, maar wordt toch professioneel begeleid en gemotiveerd.

De kuur duurt 15 dagen en wordt onderverdeeld in 3 periodes. De "pré-detox", de echte detox en de dagen waarin we terug gaan opbouwen of de "post-detox". Voor de start van elke periode komen we samen met onze groep voor de nodige instructies, tips, recepten, verwennerijen en uiteraard een flinke dosis motivatie.

Let op: het is geen vermageringskuur of periode van uithongeren, maar als er zich overvloedige kilootjes zouden hebben opgestapeld, kunnen deze verdwijnen.

*My first me,
myself and I
detox*



voorjaar 2022

Liesbeth

Wanneer?

Vanaf 1 maart 2022

Levering bij jouw thuis van het detoxpakket:
dagboek, goodiebag, eerste aankooptas, cadeau en supplementen

Woensdag 9 maart 2022 (19.00u)

Verwelcoming en bespreking van de afbouwweek met een gezond etentje

Dinsdag 15 maart 2022 (19.00u)

Bespreking van de echte kuur dagen
Ontspanningsmoment door een Integrale Voetreflexologie
Opname en bespreking van je Iriscopie

Vrijdag 18 maart 2022 (19.00u)

Volle-maans-wandeling (Itegem)

Dinsdag 22 maart 2022 (19.00u)

Heerlijke Yin Yoga gegeven door Françoise Gillain, gevolgd door een gezamenlijke afsluiting met een kom verwarmende soep

De plaatsen zijn beperkt, dus wees er op tijd bij.

Inschrijven kan tot 1 februari 2022.

Je bent pas zeker van je plekje na betaling van het inschrijvingsgeld.

INSCHRIJVEN KAN DOOR:

Een bevestigende mail te sturen naar :
Liesbeth.leysen@hotmail.com
Daarna krijg je verdere informatie voor het
vervolg van de
inschrijvingsprocedure.

Wat mag je verwachten?

Prijs deelname: 245 euro/persoon

Inbegrepen in deze prijs:

persoonlijk voedingsadvies
volledig uitgeschreven detox dagboek
professionele begeleiding gedurende de ganse kuur
iriscopie
integrale voetreflexologie
een Me Myself and I test om je progressie in kaart te brengen.
4 geplande ontmoetingen
duidelijke presentatie over "wat is detoxen."
een tas met eerste gezonde inkopen
dagelijkse berichten via whatsapp
vele gezonde recepten voor eenvoudige gerechtjes
klaargemaakte gezonde hapjes
ondersteunende kwalitatieve voedingssupplementen
volle-maanswandeling op 18 maart
zachte en ontspannende yogasessie door Françoise Gillain (1,5u)
prachtig DOMO geschenk
aan huis bezorgd detoxpakket en goodiebag
oneindig veel persoonlijke voordelen waar je het natuurlijk vooral voor doet

We bieden ook de mogelijkheid om gratis een DOMO slow juicer te gebruiken gedurende deze detox dagen.
Doe je dit niet graag alleen, zorg gerust voor je eigen "soulmate".

Waar?

DOMO ELEKTRO
Dompel 9
2200 Herentals

Info?

Liesbeth Leysen: 0485 745 045

