

basenfasten für Paare und Familien

Kennen Sie das: Sie haben richtig Lust auf leichte Kost und frische basische Gemüsekreationen – aber Ihr Partner möchte nicht auf sein Rinderbäckchen verzichten?

Im basenfasten Hotel ist das gar kein Problem. Genießen Sie die köstlichen basischen Menüs während Ihr Partner oder auch Ihre Kinder im Urlaub mit ihrem gewohnten Essen versorgt werden – zusammen an einem Tisch. Und auch die Bewegungs- und Entspannungsprogramme können Sie gemeinsam erleben.

basenfasten ist das Fasten mit Obst und Gemüse. Dabei steht der Genuss im Vordergrund. Ihnen wird es also nicht schwer fallen, Ihre basischen Schmankerl neben dem normalen Essen an einem Tisch mit Ihren Lieben zu genießen.

Lust auf mehr Rezepte?

Das Kochbuch zu basenfasten – jede Menge leckere und supergesunde Rezeptideen – übrigens nicht nur für die Basenfastenzeit:

Wacker, Sabine: basenfasten - das große Kochbuch

TRIAS - Verlag, Stuttgart

Das Buch für Berufstätige und andere viel Beschäftigte, bei denen Basenfasten „nebenbei“ gehen muss:

Wacker, Sabine: basenfasten: Das 7-Tage-Programm für Eilige

TRIAS - Verlag, Stuttgart

Weitere Infos: www.basenfasten.de