



## **Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen und entschlacken mit über 170 Rezepten**



**Download**



**Online Lesen**

Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen und entschlacken mit über 170 Rezepten Sabine Wacker ebook pdf

# Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen und entschlacken mit über 170 Rezepten

*Sabine Wacker*

**Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen und entschlacken mit über 170 Rezepten**

Sabine Wacker

 [Download Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen ...pdf](#)

 [Online lesen Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehm ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen und entschlacken mit über 170 Rezepten Sabine Wacker**

---

144 Seiten

Kurzbeschreibung

Basenfasten: Mit der Wacker-Methode® zu dauerhaftem Erfolg

Was für eine tolle Vorstellung: Essen soviel ich will, mir etwas Gutes tun - und dabei auch noch abnehmen! Das geht nicht? Doch - mit Basenfasten nach der bewährten Wacker-Methode®.

Dabei meiden Sie Säurebildner konsequent und setzen auf basische Lebensmittel. Und die dürfen Sie in Hülle und Fülle essen! So fasten Sie sich rundum gesund, entlasten Ihren Organismus und stärken das Immunsystem.

So geht's auf basisch: Wo stecken Säurebildner, welche Lebensmittel sind basisch? Wie integriere ich Basenfasten in meinen Alltag? Damit Sie bei solchen Fragen immer den Überblick behalten, gibt es die Basics zur Methode und viele nützliche Tipps.

Garantiert basisch, lecker und einfach: Basenfasten lässt sich leicht in jeden noch so stressigen Alltag einbauen. Vom Frühstück über den Zwischensnack bis zum Abendessen - alle Rezepte sind schnell zubereitet und zu 100 % basisch. Als Extra gibt es einen praktischen Saisonkalender: So wissen Sie auf einen Blick, was zu welcher Zeit frisch vom Feld oder Baum kommt.

Sabine Wacker praktiziert als Heilpraktikerin in Mannheim. Sie hat sich auf Entgiftungstherapie, Fasten und Ernährungsberatung spezialisiert. Zusammen mit ihrem Mann Dr. med. Andreas Wacker hat sie Basenfasten - die Wacker-Methode® entwickelt.

Mehr zum Thema Basenfasten: [www.bastenfasten.de](http://www.bastenfasten.de) Klappentext

### **Basenfasten: Mit der Wacker-Methode zu dauerhaftem Erfolg**

#### **Abnehmen ohne Hunger**

Was für eine tolle Vorstellung: Essen so viel ich will, mir etwas Gutes tun - und dabei auch noch abnehmen! Das geht nicht? Doch - mit Basenfasten nach der bewährten Wacker-Methode®. Dabei meiden Sie Säurebildner konsequent und setzen auf basische Lebensmittel. Und die dürfen Sie in Hülle und Fülle essen! So fasten Sie sich rundum gesund, entlasten Ihren Organismus und stärken das Immunsystem.

**So geht's auf basisch:** Wo stecken Säurebildner, welche Lebensmittel sind basisch? Wie integriere ich Basenfasten in meinen Alltag? Damit Sie bei solchen Fragen immer den Überblick behalten, gibt es vorweg die Basics zur Methode und viele nützliche Tipps.

**Garantiert basisch, lecker und einfach:** Basenfasten lässt sich leicht in jeden noch so stressigen Alltag einbauen. Vom Frühstück über den Zwischensnack bis zum Abendessen - alle Rezepte sind schnell zubereitet und zu 100 % basisch. Als Extra gibt es einen praktischen Saisonkalender: So wissen Sie auf einen Blick, was zu welcher Zeit frisch vom Feld oder Baum kommt.

Mit diesem Kochbuch wird Ihre Basenwoche garantiert ein Erfolg! Über den Autor und weitere Mitwirkende

Sabine Wacker praktiziert als Heilpraktikerin in Mannheim. Sie hat sich auf Entgiftungstherapie, Fasten und Ernährungsberatung spezialisiert. Zusammen mit ihrem Mann Dr. med. Andreas Wacker hat sie Basenfasten - die Wacker-Methode® entwickelt.

Mehr zum Thema Basenfasten: [www.bastenfasten.de](http://www.bastenfasten.de)

Download and Read Online Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen und entschlacken mit über 170 Rezepten Sabine Wacker #K24WXBJIHMV

Lesen Sie Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen und entschlacken mit über 170 Rezepten von Sabine Wacker für online ebook  
Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen und entschlacken mit über 170 Rezepten von Sabine Wacker Kostenlose PDF download, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen  
Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen und entschlacken mit über 170 Rezepten von Sabine Wacker Bücher online zu lesen.  
Online Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen und entschlacken mit über 170 Rezepten von Sabine Wacker ebook PDF herunterladen  
Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen und entschlacken mit über 170 Rezepten von Sabine Wacker Doc  
Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen und entschlacken mit über 170 Rezepten von Sabine Wacker Mobipocket  
Basenfasten - Das große Kochbuch: Gesund abnehmen und entschlacken mit über 170 Rezepten von Sabine Wacker EPub