



GEMEINDE AKTUELL

MITTEILUNGEN DER MARKTGEMEINDE ST. LORENZEN IM MÜRZTAL

Buchpräsentation von Nathalie Karré

Seit Jahrtausenden sucht die Menschheit nach dem Jungbrunnen, nach dem Geheimnis eines gesünderen, glücklicheren, kraftvolleren und vitaleren Lebens.

Der Jungbrunnen-Effekt

Wie 16 Stunden Fasten Ihr Leben verändern kann

Lassen Sie sich inspirieren und verändern Sie Ihr Leben mit Leichtigkeit!

Aus dem Inhalt:

- ▶ Raus aus der Diätfalle
- ▶ Fastenphänomen Reinigung der Zellen - Jungbrunnen und Supermedizin
- ▶ Der gesunde Mix: regelmäßiges Intervallfasten, stoffwechselfypgerechte Ernährung und die richtigen Mentaltechniken
- ▶ Wie es leicht gelingt: einfache Routinen für nachhaltigen Erfolg



Von **P. A. Straubinger** (Filmemacher, Journalist, Intervallfasten- und Meditationstrainer), **Margit Fensl** (Ernährungswissenschaftlerin, TCM Ernährungsberaterin und akadem. Kinesiologin) und **Nathalie Karré** (Systemische Beraterin, Life-Coach und Führungskräfte-Trainerin)

Mittwoch, 29. Mai 2019, 18.30 Uhr
Bücherei Gemeindeamt



Tauchen Sie in diesen Jungbrunnen – Effekt ein. Die Co-Autorin Nathalie Karré kommt zu uns nach St. Lorenzen und wird den Jungbrunnen-Effekt erlebbar machen.

Auf Ihre Teilnahme freut sich der Kulturausschuss und Bgm Ing. Alois Doppelhofer