

Elämäsi kuntoon

Detox-viikko 12.-19.11.2010

Luontaisairaala Elämänlähde tarjoaa virkistävää ja elävöittävää detox-hoitopakettia 12.-19.11.2010. Viikko ammattitaitoisen hoitohenkilökuntamme kanssa paneutuu kehon pH-tasapainon optimointiin, aineenvaihdunnan aktivoimiseen, elämäntapojen korjaamiseen ja henkiseen valmentautumiseen liikunnan, ravinnon ja mielen osalta.

Erikoislääkärimme Sauli Siekkinen tapaa sinut kiireettömässä ilmapiirissä ja laatii sinulle henkilökohtaisen puhdistautumisohjelman. Ammattiastrologi Seppo Tanhua tulkitsee henkilökohtaisesti syntymäkarttasi ja luennoi 2010-luvun haasteista ja ennustuksista. Reiki-opettaja Jyrki Kiviaho kertoo ja esittelee reikiä, vuosituhansia vanhaan perinteeseen pohjautuvaa elämänenergian välitystä. Väriterapeutti Helena Luukkonen luennoi väreistä elämässämme ja antaa tarvittaessa konsultointia. Fysiatri Veli-Pekka Valkonen kertoo ravintolisien ja antioksidanttien hyödyllisyydestä. Sairaanhoidajamme ja ravitsemusterapeuttimme ovat laatineet sinulle detox-ohjelman, jota voit noudattaa myös myöhemmin kotona. Kokkimme valmistaa 100% luomuaineiksista kehon pH-tasapainoa korjaavat ateriat, jotka vievät sinut tavoitteeseen ilman nälän tunnetta. Sinulla on myös mahdollisuus kokeilla kahden vrk:n mehupaastoa kylmäpuristetuilla luomukasvismehuilla. Detox-yrttivalmisteet ja superfoodit nopeuttavat elimistön puhdistautumista ja antavat vastustuskykyä. Päivittäinen detox-jooga ja eurytmia poistavat kuona-aineita ja antavat uutta virkeyttä keholle ja mielelle. Sauna lämpiää päivittäin ja allasosasto on käytettävissä aamu-uintia varten. Viikon aikana sinulla on myös mahdollisuus nauttia laajasta valikoimasta erilaisia täydentäviä hoitoja mm. shiatsu, vyöhyketerapia, intialainen päähieronta, kalevalainen jäsenkorjaus, meridiaanhieronta, homeopatia ja kiinalainen lääketiede.

Detox-viikko pidetään Hotelli Otsolan Hovissa Humppilassa. Viikon hinta ohjelmineen ja täyshoidolla on 700 €. Majoitus 2 hh, 1 hh lisä 100€.



Ilmoittautumiset ja lisätietoja 040 - 765 0682

www.luontaisairaala.fi

www.otsolanhovi.com