



LIFE LIGHT
UNTERSTÜTZT.

YUCCA-KURPLAN

- Hochwertige Kur mit pflanzlichem Nährstoffkomplex
- sowie Trinkpulver mit sechs verschiedenen Darmbakterienstämmen
- Hochwertige Reinsubstanzen ohne Zusatz von Farb- und Konservierungsstoffen



Yucca Kur 14 Tage, Artikel-Nr.: 20351
Yucca Kur 1 Monat, Artikel-Nr.: 20352

Tagesplan zur Yucca Entschlackungs- und Vitalkur

Dieser Tagesplan ist lediglich eine Empfehlung und kann individuell erweitert oder reduziert werden. Die Kur kann sich über 2 oder 4 Wochen erstrecken.

- Morgens:**
- Zungenschaben und Ölziehen, evtl. Einlauf.
 - 1 Messlöffel MikroLife Darmbakterien in Wasser einrühren, 15 Minuten stehen lassen, danach trinken.
 - 1 Teelöffel Flohsamenschalen, 1/2 Liter warme Basensuppe, ein frischer Gemüsesaft oder LIFE LIGHT® Najara® Proteinshake vegan.
- Vormittags:**
- 2 Kapseln Yucca plus, Wasser oder Tee.
- Mittags:**
- Wenig Rohkost, leicht gekochtes Gemüse und glutenfreies Getreide, basische Kost.
Alternativ dazu: LIFE LIGHT® Najara® Proteinshake vegan oder einen frischen Gemüsesmoothie.
 - 7 Tropfen Bittersegen.
- Nachmittags:**
- 2 Kapseln Yucca plus, Tee oder Wasser.
- Abends:**
- 7 Tropfen Bittersegen, 1 Teelöffel Flohsamenschalen, 1/2 Liter Tee oder Wasser.
- Vor dem Zubettgehen:**
- 1 Messlöffel MikroLife Darmbakterien in Wasser einrühren, 15 Minuten stehen lassen und trinken.

Zwischen den Mahlzeiten sollten 5 - 6 Stunden liegen.

Achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr.

Erläuterung zum Tagesplan

LIFE LIGHT® Bittersegen

7 Tropfen Bittersegen mit wenig Wasser vor dem Essen verdünnt einnehmen.

LIFE LIGHT® Flohsamenschalen

Flohsamenschalen können Sie in Getränke wie Wasser, Kräutertee, Joghurt oder frische Gemüsesmoothies einrühren.

LIFE LIGHT® MikroLife - probiotische Bakterienkulturen auf pflanzlicher Basis

Das Pulver wird in ein Glas Wasser eingerührt und vor dem Trinken 15 Minuten lang stehen gelassen. Die angegebene Dosis von insgesamt 2 x 1 Messlöffel Pulver täglich gilt unabhängig von der Gesamtdauer der Kur. Setzen Sie die Einnahme auch über die Kur hinaus fort, bis die Packung leer ist.