



Schüsslersalze können beim Abnehmen helfen.



Sie räumen die Hindernisse aus, die viele von uns daran hindern, erfolgreich Gewicht abzubauen.

Wenn der Abnehmerfolg ausbleibt, obwohl man sich kalorienbewusst ernährt und viel Sport treibt, können Schüsslersalze dazu beitragen, dass der Körper die überflüssigen Fettpolster loslässt.

Es gibt verschiedene Gründe, warum sich der Körper gegen den Fettabbau wehren mag, dazu gehören verschiedene Mineralsalz-Mangelzustände. Solche Mangelzustände können das hormonelle Gleichgewicht stören oder den Stoffwechsel bremsen.

Außerdem kann Mineralsalz-Mangel Heißhunger bewirken, weil der Körper nach danach hungert, den Mangel der Zellen auszugleichen.

Schüsslersalze können daher den Stoffwechsel in Schwung bringen, den Körper ermuntern, Fett abzubauen und Heißhunger verhindern.

Je nach persönlicher Stoffwechsel-Situation können unterschiedliche Salze hilfreich sein.

Es gibt jedoch einige Salze, die die meisten Abnehmwilligen bei ihrem Vorhaben unterstützen können. Diese Salze haben wir für diese Kur ausgewählt.

Wenn man diese Salze im Rahmen einer Schüssler-Kur einnimmt und sie mit einer kalorienbewussten Ernährung und Bewegung kombiniert, steht dem Abnehmerfolg nichts mehr im Wege.

Schüssler-Salze für die Abnehm-Kur

Folgende Schüssler-Salze bilden die Basis Ihrer Abnehm-Kur:

- ♥ **Nr. 4 Kalium Chloratum**
- ♥ **Nr. 9 Natrium Phosphoricum**
- ♥ **Nr. 10 Natrium Sulfuricum**

Diese Schüssler-Salze haben folgende Wirkungen, die sie für die Abnehm-Kur geeignet machen:

♥ **Nr. 4 Kalium Chloratum**

- ☺ Baut Übergewicht ab.
- ☺ Lindert Heißhunger.
- ☺ Hilft Giftstoffe abzubauen.
- ☺ Leitet Abfallstoffe aus.
- ☺ Stärkt den Kreislauf.
- ☺ Hilft gegen Schläppheit.

♥ Nr. 9 Natrium Phosphoricum

- ☺ Baut Übergewicht ab.
- ☺ Lindert Heisshunger nach Süßigkeiten.
- ☺ Lindert Heisshunger nach fetter Nahrung.
- ☺ Hilft Übersäuerung abzubauen.
- ☺ Hilft erhöhte Blutfettwerte abzubauen.
- ☺ Wirkt gegen Arteriosklerose.
- ☺ Hilft gegen Cellulite.
- ☺ Stärkt den Durst auf Wasser.
- ☺ Stärkt die Lust auf Bewegung.

♥ Nr. 10 Natrium Sulfuricum

- ☺ Baut Übergewicht ab.
- ☺ Lindert Heisshunger.
- ☺ Fördert den Fettstoffwechsel.
- ☺ Belebt die Stoffwechselaktivität.
- ☺ Hilft Giftstoffe abzubauen.
- ☺ Stärkt den Kreislauf.
- ☺ Hilft gegen Cellulite.
- ☺ Hilft gegen Aufgeschwemmtheit.
- ☺ Stärkt die Verdauung.
- ☺ Stärkt den Durst auf Wasser.

Schüssler-Salbe

Hinzu kommt folgende Schüssler-Salbe:

♥ Nr. 1 Calcium Fluoratum

Die Salbe Nr. 1. stärkt Haut und Bindegewebe.

Dadurch hat die Haut genügend Spannkraft, um sich dem schlanker werdenden Körper anzupassen.

Calcium Fluoratum hilft gegen schlaffes Gewebe, Falten und Gewebsverhärtungen.

Wenn man unter ausgeprägt schwachem Bindegewebe leidet, kann man anstelle oder zusätzlich zur Salbe Nr. 1 auch die Salbe Nr. 11 Silicea verwenden

Anwendung der ausgewählten Schüssler-Salze

Start mit Schüssler-Heissgetränk

Damit Sie und Ihr Körper deutlich spüren, dass Sie in den nächsten Wochen in den Genuss einer Schüssler-Kur kommen werden, beginnen Sie die Kur mit einer Intensiv-Anwendung.

Dazu bereiten Sie sich ein Heissgetränk analog der Heißen 7

Das geht folgendermaßen:

- Nehmen Sie sich für den Start in die Abnehm-Kur mindestens eine Viertelstunde Zeit, in der Sie entspannen können.
- Geben Sie folgende Schüssler-Salze in eine Tasse:
 - **Nr. 4 Kalium Chloratum:** 3 Tabletten
 - **Nr. 9 Natrium Phosphoricum:** 3 Tabletten
 - **Nr. 10 Natrium Sulfuricum:** 3 Tabletten
- Giessen Sie dazu heißes Wasser, bis die Tasse voll ist.
- Warten Sie wenige Minuten, bis sich die Tabletten aufgelöst haben.
Achtung! Keinen Metalllöffel zum Umrühren verwenden.
- Trinken Sie das Schüssler-Heissgetränk in kleinen Schlucken.

Diese Heissanwendung ermöglicht Ihren Körper gleich zu Anfang der Kur einen kräftigen Schwung der potenzierten Mineralsalze aufzunehmen.

Je nach Ihren persönlichen Vorlieben können Sie das Heissgetränk am Tag vor dem eigentlichen Kurbeginn einnehmen oder Sie starten morgens am ersten Kurtag mit dem Heissgetränk und nehmen an diesem Tag außerdem die Tabletten des intensiven ersten Kurtags ein.

3 Tage Intensiv-Einstieg

Die ersten drei Tage der Kur dienen einem intensiven Einstieg, damit Sie möglichst von Anfang an die fördernde Wirkung der Abnehm-Kur genießen können.

Nehmen Sie in den ersten 3 Tagen **6 mal täglich**:

- **Nr. 4 Kalium Chloratum:** 1 Tablette
- **Nr. 9 Natrium Phosphoricum:** 1 Tablette
- **Nr. 10 Natrium Sulfuricum:** 1 Tablette

Lassen Sie die Tabletten langsam im Munde zergehen.

Wenn einem 6 Einnahmen pro Tag zu häufig sind, kann man auch 3 mal täglich je 2 Tabletten von jedem Salz einnehmen, also jedes Mal 6 Tabletten.

Wichtig! Trinken Sie nach der Einnahme am besten ein Glas frisches Wasser, damit der Körper genügend Wasser hat, um eventuelle Giftstoffe ausscheiden zu können.

Gesamt-Kurdauer 3 - 6 Wochen

Reduzieren Sie die Einnahme nach den 3 Tagen auf **3 mal täglich**.

Denken Sie jedes Mal daran, ein Glas Wasser zu trinken, nachdem Sie die Schüssler-Salze eingenommen haben.

Setzen Sie die Kur bis zu einer Gesamt-Kurdauer von 3 bis 6 Wochen fort.

Bei einer Gesamt-Kurdauer von 3 Wochen verbrauchen Sie je Salz-Sorte knapp ein Fläschchen mit 80 Tabletten.