

INNERE REINIGUNG

Möchtest du dir einen "Rundumputz" mit essentiellen Ölen und natürlichen Nahrungsergänzungen gönnen?

- ♥ einfach, sanft und doch wirksam entgiften über 4 Wochen
- ♥ deine tägliche Routine für Energie & Wohlbefinden & Lebensfreude
- ♥ Organe pflegen und die Verdauung in Balance bringen
- ♥ Toxine ausschleusen, emotionalen Ballast loswerden & mehr
- ♥ frei nach deinen Bedürfnissen & ganz leicht im Alltag nebenbei (keine Diät o.Ä.)

Dann bist du hier richtig ♥

Die 4 Wochen der Reinigung machen wir zweimal pro Jahr als Gruppe, um euch einen leichten Einstieg ins Thema Detox zu bieten und die Produkte intensiv gemeinsam kennenzulernen... Young Livings Nahrungsergänzungen sind für die Anwendung im Alltag gemacht und eignen sich bestens, dich auch über das ganze Jahr täglich zu unterstützen.

UNSERE BESTEN FREUNDE:

LIFE 9

"Die guten Darmbakterien"

COMFORTONE

Darmfunktionen unterstützen

MULTIGREENS

"Ausschleusen von Zellmüll"

ICP Pulver

"Tiefenreinigung"

ESSENTIALZYME

Enzymdepots + Verdauung

+ ZUSÄTZLICHE
UNTERSTÜTZUNG

Je nach deinem Bedarf

*"Kümmere Dich um Deinen Körper - es ist der
einzige Ort zum Leben, den Du hast." - Jim Rohn*



"REFRESH YOUR SELF" 4 WOCHEN



JEDEN TAG

- vormittags 1 Liter Wasser mit 1-2 Tr. Zitrone(+) Öl
- nachmittags 1 Liter Wasser mit 1-2 Tr. Pfefferminze(+) Öl



ALLE 4 WOCHEN



-2x täglich **1 Esslöffel ICP-Pulver**

... in ein großes Glas Wasser (/Saft/Mandelmilch) einrühren & rasch trinken (quillt!)

-2x täglich **2 Kapseln ComforTone**

... (bei Bedarf mehr, bzw. gern steigern mit der Treppendosierung - optional)

-1x täglich **4 Kapseln Multigreens**

... für mehr Energie (oder mehr als 4)

WOCHE 3 - 4



-2x täglich **2 Kapseln Essentialzyme**

... (oder mehr) (für Vegetarier stattdessen: Detoxzyme, 2x tgl. 4 oder mehr)

-abends vor dem Schlafen **2 Kapseln Life 9**

... geöffnet im Kühlschrank lagern

Außer bei Life 9 gilt grundsätzlich: Auf leeren Magen ist gut, aber kein Muss =)

Dies sind auf unseren eigenen Erfahrungen basierende Empfehlungen. **Jeder Körper ist anders.** Sei achtsam und mutig in der Anwendung, beobachte deine individuelle Reaktion und passe ggf. die Mengen an (mehr oder weniger), je nach deinen Bedürfnissen.

!! Wichtig: **Reichlich Wasser (und Tee) trinken**, um die Ausschwemmung zu unterstützen. Das wird dir die Reinigung erleichtern und dein Hydrierungslevel hoch halten.

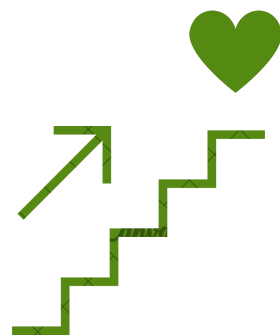
Mehr erfahren über die einzelnen Young Living Produkte kannst du auf www.youngliving.com/de_de > Produkte

Die Produkte sind zur täglichen Anwendung im Alltag formuliert - wir verwenden sie das ganze Jahr über, unabhängig von der Inneren Reinigung. Die Reinigung machen wir, um sie gemeinsam intensiv kennen zu lernen =)

Deine Admins: Sabine Wigg-Wolf, Elisabeth Wolf - info@elisabethwolf.de



Tipp: Treppendosierung



Jeder Körper ist anders: **Um herauszufinden, wie viele Kapseln, Enzyme usw. für dich persönlich am besten sind, empfehlen wir dir, mutig und achtsam die Anzahl zu steigern.** Bedenke auch, dies sind natürliche Nahrungsergänzungen, die deinem Wohlbefinden dienen - keine Medizin aus der Apotheke => , wenn wir auch von "2x2" und "2x3" etc. sprechen.

Beginne einfach mit der Angabe in der Kurzanleitung und erhöhe dann täglich die Anzahl deiner ComforTone, Multigreens und den Enzymen, zum Beispiel so wie hier aufgeführt.

Finde so deine persönliche optimale Dosierung!

Zum Beispiel:

Tag 1: morgens 1 ComforTone // abends - keine ComforTone

Tag 2: morgens 1 ComforTone // abends 1 ComforTone

Tag 3: morgens 2 ComforTone // abends 1 ComforTone

Tag 4: morgens 2 ComforTone // abends 2 ComforTone

Tag 5: morgens 3 ComforTone // abends 2 ComforTone

***... und so weiter. Bis Du merkst, es wird zuviel.
Dann gehst du eine Treppenstufe zurück: Voilà! Deine perfekte Dosierung!***



ComforTone

... damit in der Verdauung alles "gut läuft" =>

- > Wusstest du, dass unser **Wohlbefinden** sich beachtlich steigert, wenn unsere **Darm-Peristaltik** ihre Arbeit optimal macht? Selbst wenn wir denken, da passt alles bei mir, gibt es bei fast jedem von uns Raum zur Verbesserung...
- > Das Pulver in den **ComforTone Kapseln** [\[Link\]](#) ist eine wirksame Kombination von Kräutern und ätherischen Ölen, die das Verdauungssystem unterstützen, indem sie **Giftstoffe vom Dickdarm binden** und entfernen und damit die natürlichen Fähigkeiten des Dickdarms unterstützen, die er zu seiner optimalen Funktion braucht. ComforTone **fördert die Verdauung, stärkt die Leber und die Gallenblase**
- > enthält u.a. **Fenchelsamen, Flohsamen, Klettenwurzelpulver**, Knoblauch, Echinacea, Reiskleie, Rhababer, ... sowie die essentiellen Öle von **Copaiba, Ingwer, Mandarine**, Anis, Pfefferminze, Rosmarin und Echter Kamille
- > ComforTone unterstützt dich im Alltag immer dann, wenn du deiner Verdauung helfen möchtest, gut zu laufen - z.B. nach **großen Mahlzeiten "akut" und auf Reisen**. Du kannst sie grundsätzlich entweder einfach gleich morgens nehmen - oder über den Tag verteilt, dann am besten zwischen Mahlzeiten.

Unsere Empfehlung während der Inneren Reinigung:
2x täglich 2 Kapseln oder bei Bedarf mehr ♥

Für beste Resultate mindestens 2 Liter Wasser über den Tag verteilt trinken, lieber mehr.
YL Anwendungsempfehlung für jeden Tag:
4 mal täglich je eine Kapsel einnehmen.

*Disclaimer: Diese Aussagen wurden nicht von der Food and Drug Administration evaluiert.
Die Produkte von Young Living sind nicht dazu bestimmt, Krankheiten zu diagnostizieren,
zu behandeln, zu heilen oder ihnen vorzubeugen.*



MultiGreens



Grüne Power in der Kapsel // Ausschleusen von "Zellmüll"

Um unseren Körper täglich mit ausreichend grüner Kraft, Ballaststoffen zu versorgen und unsere Energie auf einem guten Niveau zu halten, wäre es wohl eigentlich am besten, wir würden 2x täglich einen frischen grünen **Smoothie mit Kräutern und Sprossen** und mehr trinken, aber mal ehrlich - haben wir dafür im Alltag die Muße und Zeit? =)

MultiGreens [Link] ist eine Kombination von belebendem Grünem, darunter **Spirulina, Gerstengras, Alfalfa Blattpulverextrakt, Pazifik-Seetang, sowie Bienenpollen** und mehr. Die MultiGreens Kapseln unterstützen die allgemeine Gesundheit und unser Wohlbefinden.

Sie geben uns **Energie**, auch wenn es mal ein langer, anstrengender Tag ist. MultiGreens enthält außerdem eine reinigende Mischung aus ätherischen Ölen, darunter **Melisse, Rosmarin, Zitrone und Zitronengras**.



Empfehlung während der Inneren Reinigung:

1 Mal täglich 4 Kapseln nehmen ♥

(am besten 1 Std. vor dem Essen oder mit einer Mahlzeit)

-bei erhöhtem Energiebedarf im Alltag gern täglich mehr-

*Kapselhülle besteht aus Gelatine. Du kannst die Kapsel einfach so schlucken, oder sie je nach Vorliebe auch öffnen und das Pulver in deinen Smoothie oder deine Speisen geben =)

*Disclaimer: Diese Aussagen wurden nicht von der Food and Drug Administration evaluiert.
Die Produkte von Young Living sind nicht dazu bestimmt, Krankheiten zu diagnostizieren,
zu behandeln, zu heilen oder ihnen vorzubeugen.*

ICP Pulver

Wir nennen es liebevoll unsere "Rohrbürste" . . .

- > Nur ein gesundes Verdauungssystem kann Grundvoraussetzung für ein gutes Funktionieren des Körpers sein, da sonst all jene **Nährstoffe aus der Nahrung** gar nicht aufgeschlossen werden können, die wir auf allen Ebenen brauchen
- > **ICP [Link]** ist ein Pulver aus **Kräutern und Pflanzenstoffen**, die dem Verdauungssystem helfen, so effizient wie möglich zu arbeiten
- > Mit 2,5 g **löslichen und unlöslichen Ballaststoffen** pro Serviereinheit liefert ICP einen wirkungsvollen Ballaststoffmix, der für den **Abtransport nicht verarbeitbarer Reststoffe** aus dem Körper sorgt, die dir sonst mächtig Probleme machen...
- > Das Pulver besteht unter anderem aus **Flohsamen, Haferkleie, Leinsamen, Fenchelsamen**, Guakernmehl, Yucca-Wurzel und Aloe Vera ... und enthält die essentiellen Öle von **Fenchel, Anis, Estragon**, Ingwer, Zitronengras und Rosmarin
- > ICP unterstützt dich mit seiner speziellen Zusammensetzung an Faserstoffen bei der **Tiefenreinigung deines Verdauungssystems** - es lässt sich auch unabhängig von der Reinigung übers Jahr verteilt im Alltag einbauen, z.B. "kurweise" immer mal wieder für 1 Woche. Wenn du ein besonderer Fan bist, kannst du ICP natürlich auch jeden Tag nutzen =)

Anwendungsempfehlung: 2x täglich 1 EL Pulver in großes Glas Wasser od. Saft eingerührt rasch trinken (quillt!) ♥

Ganz wichtig: Trinke auch den Tag über reichlich Wasser, wenn du ICP verwendest, damit alles abtransportiert werden kann und du dich dabei locker und leicht fühlst...



*Disclaimer: Diese Aussagen wurden nicht von der Food and Drug Administration evaluiert.
Die Produkte von Young Living sind nicht dazu bestimmt, Krankheiten zu diagnostizieren,
zu behandeln, zu heilen oder ihnen vorzubeugen.*



Essentialzyme

Weil unser körpereigenes Enzymdepot in unserem modernen Lebensstil zu schnell verbraucht wird. . .

› **Unser Wohlbefinden sitzt nicht nur sprichwörtlich im Darm...** Essentialzyme [Link] ist ein Multienzym-Komplex, speziell dafür formuliert, uns bei unserem modernen Ernährungsstil gezielt zu unterstützen sowie unser **Verdauungssystem zu balancieren**.

› Es enthält eine kraftvolle Kombination von Pankreaslipase* und weiteren Enzymen, die dafür bekannt sind, uns zu helfen, auch schwerer Verdauliches wie Backwaren, Milchprodukte, tierische Fette und mehr zu zersetzen - sowie die ätherischen Öle von **Estragon, Pfefferminze, Anis, Fenchel und Nelke**. Die leckere Doppelschicht-Kapsel ist mit Pfefferminze überzogen. Auch unserer Bauchspeicheldrüse schmeicheln wir mit Essentialzyme.

› **Meine körpereigene Enzym-Aktivität täglich anzukurbeln** heißt für mich, meinen Körper mit reiner Lebenskraft zu verwöhnen

4 Festkapseln pro Tag ♥ während d. Reinigung & im Alltag

> am besten zwischen den Mahlzeiten, um deine Enzym-Depots aufzufüllen

> und: akut nach großen Mahlzeiten auch gern noch einige zusätzlich pro Tag, um die Verdauung zu unterstützen

*wer keine tierischen Produkte zu sich nimmt, kann Essentialzyme für die Innere Reinigung durch **Detoxzyme** ersetzen, täglich 2x4 oder mehr

*Disclaimer: Diese Aussagen wurden nicht von der Food and Drug Administration evaluiert.
Die Produkte von Young Living sind nicht dazu bestimmt, Krankheiten zu diagnostizieren,
zu behandeln, zu heilen oder ihnen vorzubeugen.*



LIFE 9

Die guten Darmbakterien für dein Mikrobiom. . .

- › **Life 9** [Link] ist eine geschützte Mischung aus **9 nützlichen Bakterienstämmen**, die essentiell wichtig sind für die Unterstützung gesunder Körpersysteme.
- › Das Probiotikum enthält **17 Milliarden Lebendkulturen** mit neun unterschiedlichen Bakterienstämmen, die die Darmgesundheit unterstützen und das Immunsystem insgesamt stärken
- › Unser **Mikrobiom** (die Vielzahl der "in und auf uns" lebenden Bakterien) entscheidet maßgeblich über Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit, emotionale & physische Fitness und fast alle wichtigen Körperfunktionen. . .



Du willst es genau wissen? Diese Bakterienstämme kommen dir mit Life 9 zugute: Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium lactis, Lactobacillus plantarum, Lactobacillus rhamnosus, Lactobacillus salivarius, Streptococcus thermophiles, Bifidobacterium breve, Bifidobacterium bifidum, Bifidobacterium longum

Während der Reinigung jeden Abend 2 Kapseln vor dem Schlafengehen ♥

Im Alltag jeden Abend 1 Kapsel oder mehr vor dem Schlafengehen

› die geöffnete Packung unbedingt im Kühlschrank aufbewahren - denn es sind ja **Lebendkulturen** =)



*Disclaimer: Diese Aussagen wurden nicht von der Food and Drug Administration evaluiert.
Die Produkte von Young Living sind nicht dazu bestimmt, Krankheiten zu diagnostizieren,
zu behandeln, zu heilen oder ihnen vorzubeugen.*

Außerdem...

♥ Wichtig:

Während der 4 Wochen trinken wir jeden Tag:

- vormittags 1 Liter Wasser mit 1-2 Tr. Zitrone(+) Öl
"Stichwort Toxine lösen"
- nachmittags 1 Liter Wasser mit 1-2 Tr. Pfefferminze(+) Öl
"Stichwort Ausschwemmen"



Wenn du Lust hast, kannst du "Refresh Your Self" mit zusätzlichen YL Produkten noch weiter auf deine eigenen Bedürfnisse abstimmen, z.B. :

JuvaPower - Leber...

Release, StressAway, Black Spruce, Acceptance - Emotionenbalance...

Slique Essence und Tea - "Heißhunger" und Stärkung...

Disclaimer: Diese Aussagen wurden nicht von der Food and Drug Administration evaluiert. Die Produkte von Young Living sind nicht dazu bestimmt, Krankheiten zu diagnostizieren, zu behandeln, zu heilen oder ihnen vorzubeugen.

LOS GEHT'S...



Neugierig?

Dann mach' es einfach wie wir: Probiere unsere Refresh Your Self Routine aus und du wirst sicher erstaunt sein, was sie für dich leisten kann 

Übersicht für deine Bestellung

16,65 €	Zitrone Öl	15 ml
30,93 €	Pfefferminze Öl	15 ml
33,69 €	ICP	1 Dose bei 1x tgl. / 2 bei 2x / 320808D -10% Aktion 10.24
42,25 €	ComforTone	1 Dose (120 Kapseln)
(46,99 €	Di-Gize Öl	15ml // falls gewünscht zusätzlich)
53,49 €	Essentialzyme	1 Dose (90 Kapseln) / vegetar. Alternative: 1x Detoxzyme
51,35 €	Multigreens	1-2 Dosen (je 120 Kapseln)
36,90 €	Life 9	1 Dose (30 Kapseln)

Bei Fragen zum Bestellen wende dich direkt an deinen Young Living Betreuer.

Los geht's =)

-deine Admins Sabine Wigg-Wolf & Elisabeth Wolf

Willkommen in unserer What's App Gruppe Herbst 2025 >



Tipp: Wenn du diese essentiellen Helfer täglich benutzt, lege sie am besten in deinen Warenkorb für das Essential Rewards Programm bei Young Living - so sammelst du zusätzlich Bonuspunkte und erhältst jeden Monat ein wechselndes ätherisches Öl dazugeschenkt =)

**Stand der Preise: 02/2025 - Aktuelles auf www.youngliving.com*