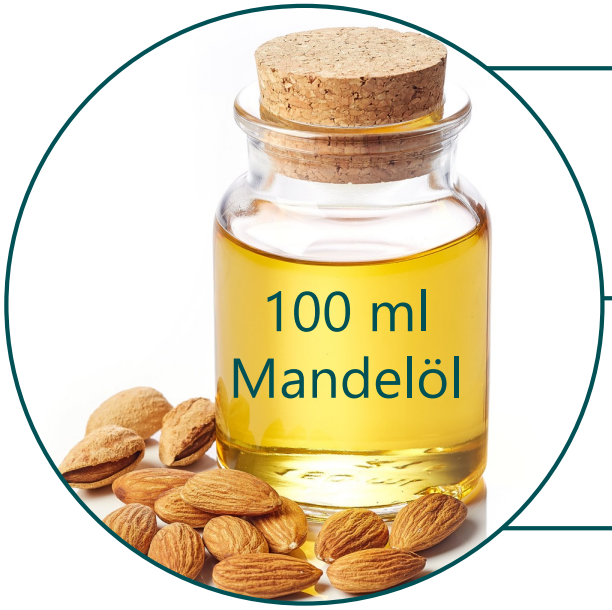
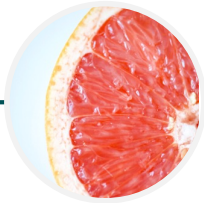
© www.nerven-power.de

Aroma-Massageöl Grapefruit-Jasmin-Lorbeer

für entspannte Energie





10 Tr. Grapefruitöl

- unterdrückt Gewichtszunahme
- Bauchfett-Aktivierung
- stärkt Lymphfluss
- stimmungsaufhellend

4 Tr. Jasminöl (4%)

- entspannend
- stimmungsaufhellend
- verführerisch
- gegen Schokoladen-Heißhunger

3 Tr. Lorbeeröl

- stärkt Willenskraft
- stimmungsaufhellend
- stärkt Lymphfluss
- unterstützt Fastenkuren

Düfte für frisch-entspannte Energie

Die Kombination dieser ätherischen Öle verleiht auf entspannte Weise einen Energie-Kick für den Körper. Es wirkt positiv auf die Gewichtsregulation, hilft beim Abtransport von Stoffwechselendprodukten über die Lymphe und befreit so von überflüssigen Komponenten im Körper.
Die Düfte wirken zugleich entspannend, stimmungsaufhellend und stärkend auf die Willenskraft – so kann es mehr Tatendrang vermitteln.

Es ist sehr gut im Frühling und Sommer geeignet – und immer dann, wenn bei Erschöpfung frische Energie gewünscht ist.

Zubereitung

- Mandelöl (oder ein anderes Basisöl passend zum Hauttyp, z.B. Olivenöl, Avocadoöl etc.) in eine dunkle 100 ml Flasche geben
- Die ätherischen Öle vorsichtig in der angegebenen Menge in das Basisöl eintropfen
- Flasche verschließen und einmal gut durchschütteln
- In einer dunklen Flasche, verschlossen, hält sich das Massageöl bis zu einem Jahr
- Für eine Körpermassage (oder als Körperöl nach der Dusche auf der noch leicht feuchten Haut auftragen)

! Tipps

- Die ätherischen Öle können auch im gleichen Verhältnis in größerer Menge gemischt werden und dann als Raumduft in einem Diffuser oder auf einem Duftstein eingesetzt werden
- Wählen Sie immer 100% naturreine ätherische Öle in Bio-Qualität, damit die volle Kraft der ätherischen Öle wirken kann und keine synthetischen Ersatzdüfte oder andere Zusatzstoffe enthalten sind.