



Bild: Manfred Ruckszio/Shutterstock.com  
Bild: Photoography/Shutterstock.com  
Bild: Natali Zakharova/Shutterstock.com  
Bild: osoznanie.jzni/Shutterstock.com

©Copyright 2022 – Alle Inhalte, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung, bleiben vorbehalten, SAGRUSAN® GmbH

## Einnahmeempfehlung

3x täglich 25 Tropfen\*

\*am besten ca. 30 Minuten vor jeder Hauptmahlzeit mit einem Glas Wasser verdünnt einnehmen.

100 ml entspricht einer Monatskur.

Menschen reagieren unterschiedlich auf Kräutertinkturen, daher empfiehlt sich eine **einschleichende Dosis von 3x täglich 15 Tropfen** mit anschließender Steigerung auf die oben beschriebene Einnahmeempfehlung



# Schlank & Rank

**Stoffwechselerkrankungen, Herzerkrankungen, Gelenksprobleme oder Bluthochdruck. Die genannten körperlichen Folgen von Übergewicht sind nur wenige von vielen. Ist unser Gewicht nicht im Normalbereich, spüren wir nicht nur die physischen Auswirkungen, sondern fühlen uns auch unwohl und sind unzufrieden. Um dies zu vermeiden, sollten wir auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung achten und mehr Alltagsbewegung integrieren. Doch auch unsere neue Tinktur „Schlank & rank“ kann Sie dabei unterstützen, Ihr Wohlfühlgewicht zu erreichen. Durch die enthaltenen Pflanzenstoffe kommt Ihr Stoffwechsel in Schwung und Sie fühlen sich wieder wohl in Ihrer Haut.**

## Mate

Mate, den wir am ehesten als Teezubereitung kennen, ist vor allem in Südamerika für seine positiven Eigenschaften beliebt. Die Mateblätter haben Einfluss auf viele Einflüsse im Körper, denn unter anderem enthalten sie Koffein, welches vitalisierend und somit gegen Müdigkeit wirkt. Auch auf den Stoffwechsel hat Mate eine positive Wirkung: Die Verdauung kann angekurbelt, der Fettabbau angeregt und der Blutzuckerspiegel reguliert werden.

## Ingwer

Der Ingwer ist vor allem in Asien schon seit tausenden Jahren eine häufig genutzte Pflanze zur Linderung vielerlei Beschwerden. Am bekanntesten ist jedoch seine Wirkung auf die Verdauung. Das enthaltene Gingerol fördert zum Beispiel die Produktion von Verdauungssäften, wodurch vor allem die Fettverdauung angekurbelt wird.

## Pfefferminze

Auch die Pfefferminze ist eine sehr geeignete Pflanze bei einer Vielzahl körperlicher Probleme. Schon seit langer Zeit wird die Pfefferminze bei Erkältungen und Verdauungsbeschwerden eingesetzt. Vor allem bei träger Verdauung, Blähungen und Völlegefühl kann die Pfefferminze Abhilfe schaffen. Denn die enthaltenen ätherischen Öle wirken anregend und krampflösend.

## Löwenzahn

Den Löwenzahn kennt man in erster Linie durch seine enthaltenen Bitterstoffe, die vermehrt Anwendung finden, um die Leber zu unterstützen und den Körper zu entgiften. Die Leber ist ein äußerst wichtiges Organ für eine intakte Verdauung und einen guten Stoff-

wechsel. Der Löwenzahn hilft dabei, Giftstoffe schneller aus dem Körper zu leiten, die Bildung von Verdauungsenzymen und -hormonen zu fördern und Völlegefühl und Blähungen zu reduzieren.