



## Das Geheimnis der Hundertjährigen

Vor dem Zubettgehen ein Fußbad mit den Pflanzen des Yao-Volkes, zur

- Entspannung
- energetischen Kräftigung
- Entgiftung

### So wirts gemacht:



1.

Füllen Sie Ihren Behälter für das Fußbad mit **heißem** Wasser bis über die Knöchel.



2.

Nehmen Sie 1 Liter kochendes Wasser.



3.

Brühen Sie einen Teebeutel des Kräuterfußbades in dem kochenden Wasser.



4.

Schütten Sie den aufgebrühten Tee mit Teebeutel zu dem heißen Wasser in den Behälter.



5.

Lassen Sie das Wasser soweit abkühlen, daß Sie bei für Sie angenehmer Temperatur das Fußbad für jetzt 15 - 20 Minuten durchführen können.



6.

Nach dem Ende des Fußbades **trocknen** Sie die Füße gut ab.



7.

Ziehen Sie dicke Socken an damit Ihre Füße nicht mehr auskühlen.

Mehr Informationen auf  
[qinax.com](http://qinax.com)

