

# Ätherische Öle für Dein Workout



**1 Tropfen MetaPWR oder Lemon in Deinem Wasser** regt Deinen **Stoffwechsel** an, unterstützt Deine **Entgiftungsorgane** und **schmeckt toll!**

1 Tropfen Pfefferminze aus den Händen einatmen für **freie Atmung**, **mentale Klarheit**, **Konzentration** und den **Energiekick** davor.



Mehr Motivation - **Du schaffst das!**

Atme 1 Tropfen Motivate aus den Händen, massiere damit **Pulspunkte** und **Nacken**.



**Bei stark beanspruchten Muskeln:**

Deep Blue Sport/Schmerzsalbe lindert

Die On Guard-Mischung unterstützt Deine **Abwehrkräfte**.

Lavendel für einen **erholsamen Schlaf** auf die **Fusssohlen** einmassieren.

Die **Nahrungsergänzungen** von dōTERRA bieten eine **essentielle, ganzheitliche Grundlage** für die **Gesundheit**. .



Bitte verwende nur die ätherischen Öle mit CPTG Qualität von dōTERRA

Weitere Infos und Schulungen  
[www.tropfenkraft.ch](http://www.tropfenkraft.ch)