

Mit der monatlichen  
Kolumne CARPE DIEM®  
„9 Wege von C zu M“ gibt  
Fitnessexpertin Lucia Schmidt  
exklusive Tipps zu mehr  
Ausgeglichenheit



## CARPE DIEM – MIT CHIBALL ZU REINHEIT UND GLEICHKLANG VON KÖRPER UND SEELE

Fühlen Sie sich erschöpft und möchten neue Kraft tanken?  
Sind Sie gestresst und wollen zur Ruhe kommen?  
ChiBall unterstützt Sie auf Ihrem Weg dazu.

### C wie Chi

Die traditionelle Chinesische Medizin lehrt uns, dass Energiebahnen, so genannte Meridiane, den ganzen Organismus durchziehen. Durch diese Meridiane fließt das Chi – die universelle Lebenskraft oder Lebensenergie. Je nach Grad unserer körperlichen oder geistigen Anspannung wird der Chi-Fluss mehr oder weniger blockiert. Dies beeinflusst direkt unser Wohlbefinden. Aber wie regen wir unseren Energiefluss an? Und wie fördern wir gleichzeitig unsere Konzentrations- und Entspannungsfähigkeit?

„ChiBall ist auf der Basis der Farb- und Aromatherapie entwickelt worden mit dem Ziel, unseren Energiefluss anzuregen und Körper wie auch Geist von innen her zu regenerieren und erfrischen.“

Wählen Sie den passenden ChiBall, je nach Ihrer aktuellen Gemütslage! Es gibt ihn in sechs verschiedenen Duftstoffen und Farben. Von der wohltuenden Wirkung der duftenden Energiebälle weiss ich aus eigener Erfahrung – mein Beruf ist mit viel anstrengendem Reisen verbunden. Zum Beispiel geben mir Übungen mit dem gelben ChiBall (riecht zitronig-frisch) den nötigen Energiekick, wenn ich abends noch ein Date habe.

„Komme ich nach einem nervenaufreibenden Tag müde nach Hause, sorgen Übungen mit dem lilafarbenen, nach Lavendel riechenden ChiBall für den nötigen Ausgleich und die wohlige Entspannung.“

CARPE DIEM® Kombucha verfolgt genau diese Philosophie; das erfrischende Enzymgetränk unterstützt Körper und Geist auf der Suche nach Reinheit und Gleichklang. Ein fermentiertes Kräuterteegetränk auf natürlicher Basis für alle Menschen, die ihr Wohlbefinden auf gesunde und genussvolle Weise unterstützen wollen.