

HIETORI "Kopf kalt & Fuss warm" macht Menschen gesund!

Wenn man den Kopf kalt und die Füsse warm hält, dann minimiert man den Temperaturunterschied im Körper. Die Füsse sind ca.5 Grad kälter als der Oberkörper. Das beschleunigt den Stoffwechsel und aktiviert eigene Heilkraft.

☺ **Socken schichtweise tragen, den Oberkörper leicht bekleiden**

- 1) 5 Seidene Zehensocken
- 2) 5 Zehen Wolle oder Baumwollsocken
- 3) Seidene Socken
- 4) Wolle oder Baumwollsocken
- 5) und weiter bis Du keine kalten Füsse hast

Gemischte Naturstoffsocken schichtweise tragen ist wirksamer als die gleichen Materialien aufeinanderzulegen.

Alle Beschwerden sind Entgiftungssymptome des Körpers. Versuch nicht die Symptome zu entfernen oder zu unterdrücken, sondern heile die Ursache. Wenn der Körper gesünder wird, werden die Beschwerde automatisch verschwinden.

☺ Nimm ein **Fussbad** oder ein **Sitzbad** von 20 Minuten (Wasserhöhe niedriger als Brust und die Hände nicht ins Wasser tauchen) mit angenehmer Wassertemperatur (c.a. 38-39Grad).

☺ **Bedflasche**, gut kauen & weniger essen, bewusst gründlich ausatmen, logisch denken (weniger emotional), abkühlende Essen sparsam geniessen(Zucker, Alkohol, Kaffe, Salat, etc) , Seide direkt auf der Haut tragen, Naturstoffe tragen



Seide (Spezielle elastische Garn weniger als 10%)
 M: Gr.34 - 38 CHF 21
 L: Gr.38 - 42 CHF 22
 Farbe: Schwarz, Weiss



Innen Seide & aussen Baumwolle mit Power Assist (Spezielle elastische Garn weniger als 10%) **mehr fit als normale
 M: Gr.34 - 38 CHF 22
 L: Gr.38 - 42 CHF 23
 LL: Gr.42 - 48 CHF 24
 Farbe: Schwarz, Weiss, Pink



Innen Seide & aussen Baumwolle Normal (Spezielle elastische Garn weniger als 10%)
 M: Gr.34 - 38 CHF 18
 L: Gr.38 - 42 CHF 19
 LL: Gr.42 - 48 CHF 20
 Farbe: Schwarz, Weiss



Innen Seide & aussen Baumwolle Normal (Spezielle elastische Garn weniger als 10%)
 M: Gr.34 - 38 CHF 19
 L: Gr.38 - 42 CHF 20
 Farbe: Schwarz, Weiss



Seide 100%
 ganz locker, ohne Felsen
 M: Gr.34 - 38 (34cm) CHF 24
 L: Gr.38 - 44 (40.5cm) CHF 26
 LL: Gr.44 - 50 (47cm) CHF 27
 Farbe: Weiss



Seide 100%
 ganz locker, mit Felsen
 M: Gr.34 - 38 CHF 27
 L: Gr.38 - 44 CHF 28
 LL: Gr.44 - 50 CHF 30
 Farbe: Weiss



Wolle 100%
 ganz locker, ohne Felsen
 M: Gr.34 - 38 (32cm) CHF 18
 L: Gr.38 - 44 (38cm) CHF 20
 LL: Gr.44 - 50 (47cm) CHF 21
 Farbe: Weiss



Wolle 100%
 ganz locker, mit Felsen
 M: Gr.34 - 38 (34cm) CHF 21
 L: Gr.38 - 44 (40.5cm) CHF 22
 LL: Gr.44 - 50 (47cm) CHF 23
 Farbe: Weiss

