

# *Bad Heilbrunner Teekuren*

Teekuren zeichnen sich durch

- festgelegte Flüssigkeitsaufnahme
- konstante und optimierte Aufnahme der Wirkstoffe
- hohe Ausscheidungsrate von Stoffwechselabfällen aus.

Teekuren sollen in der Regel  
**2-3 Wochen** dauern.

Sie können bis zu **dreimal  
pro Jahr** durchgeführt werden.

Hinweise:

- Tees beim Ziehenlassen mit einer Untertasse abdecken
- Tees frisch zubereiten (keine Thermoskanne verwenden)
- Tees ohne größere Wartezeit direkt in kleinen Schlücken trinken
- Während der Teekur sollten täglich ca. 2 Liter Flüssigkeit getrunken werden.