

## Beispiel für eine 4 Wochen dauernde Darmreinigung

---

Woche 1	1 Shake pro Tag
Woche 2	2 Shakes pro Tag
Woche 3	2 oder 3 Shakes pro Tag
Woche 4	1 Shake pro Tag

## Beispiel für eine 6 bis 8 Wochen dauernde Darmreinigung

---

Woche 1 - 2	1 Shake pro Tag
Woche 3 - 6	2 Shakes pro Tag
Woche 7	3 Shakes pro Tag
Woche 8	1 Shake pro Tag