

---

Subject: Man muss nicht viele Pillen schlucken wegen HA

Posted by [ben1979](#) on Wed, 27 Apr 2011 18:42:04 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich habe mir aus dem Reformhaus Basis Balance Orange geholt.  
Eine Tagesportion zur Entsäuerung des Körper beinhaltet:

	abgedeckter Tagesbedarf in %
Kalium	30
Calcium	63
Magnesium	53
Eisen	36
Zink	50
Mangan	50
Kupfer	100
Molybdän	160
Chrom	150
Selen	55
Vitamin C	125

Den Rest nimmt man durch ausgewogene Ernährung auf. Biotin 10mg gibt es in der Drogerie zu kaufen (Abtei).

---