

---

Subject: 90 avo kapseln ..und nu?

Posted by [haartertobak](#) on Wed, 28 Feb 2007 12:00:46 GMT

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

---

hallo in die runde,

ich bin stolzer besitzer von 90 avo kapseln . allerdings weiß ich jetzt nicht so genau, wie ich die einsetzen soll. ich favorisiere momentan die topische variante.

beim durchforsten der zahlreichen threads bin ich auf den hinweis gestoßen, den inhalt einer kapsel in 20 - 40ml aloe vera gel aufzulösen, mir dieses auf die rübe zu reiben und über nacht einwirken zu lassen. habe ich das soweit richtig verstanden?

gibt es außerdem die möglichkeit, dut in irgendeinem haarwasser etc. zu verrühren? falls ja, welche konzentraion ist da richtig?

hat evtl. jemand nen link zu einem existierenden thread parat?

danke für die unterstützung undd gruß

---