



HORNBERGER LEBENSQUELL®

PRESSEINFORMATION

BioFach: Halle 7/ 7-320

Fit in den Frühling – mit dem richtigen Wasser



Ob Fastenkur oder Frühjahrsmüdigkeit - wer jetzt Leib und Seele entlasten will, darf vor allem eines: viel trinken. Doch warum ist Mineralwasser dafür besonders geeignet? Und was zeichnet gerade mineralienarmes Wasser aus?

Wenn der Körper vom Winter- auf den Frühjahrsmodus schaltet, braucht er seine Zeit um sich neu auf Licht und Temperaturen einzustellen. Viele Menschen reagieren daher mit Müdigkeit, Antriebsschwäche oder Kreislaufproblemen. Wer jetzt viel trinkt, kann so den Stoffwechsel ankurbeln, die Konzentration fördern und den Kreislauf besser stabilisieren. Auch viel frische Luft und längere Spaziergänge tun dem Körper gut, sich an die neuen Verhältnisse zu gewöhnen.

Beim Trinken ist besonders Wasser ratsam, empfiehlt auch die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE). Ein sehr leichtes, angenehm zu trinkendes Mineralwasser ohne Kohlensäure wie Hornberger Lebensquell erleichtert es, die erforderlichen täglichen Trinkmengen zu erreichen. Diese liegen bei mindestens 1,5 Litern pro Tag.

Leichtes Wasser – ideal auch für Fastenkuren

Dass ausreichendes Wassertrinken wichtig ist, liegt auf der Hand: Denn unser Körper besteht zum großen Teil aus Wasser. Bei Erwachsenen liegt dieser bei 50 bis 60 Prozent, bei Säuglingen sogar bis zu 70 Prozent. Ob zu viel Pfunde, oder geistige Entlastung: Wer jetzt die Schattenseiten des Winters durch eine Fastenkur vertreiben will, für den bekommt Wassertrinken eine noch zentralere Bedeutung. Denn Wasser transportiert nicht nur Nährstoffe und scheidet Abbauprodukte aus. Auch wichtige Organe wie Leber, Herz und Nieren werden so entlastet. Sie bestehen zu einem besonders hohen Anteil aus Wasser. Ebenso reguliert ausreichende Wasserzufuhr die Körpertemperatur. Dies ist wichtig für Menschen, die während einer Fastenzeit auch mal frieren. Insbesondere für Fastenkuren wird empfohlen, täglich etwa 3 Liter gutes Wasser zu trinken. Bei so großen

Mengen unterstützen möglichst mineralarme, kohlenstofffreie und neutrale Mineralwässer wie Hornberger Lebensquell die Ziele der Fastenkur ideal. Denn es ist besonders natriumarm und enthält nur 2,5 mg pro Liter Kochsalz. Ebenso ist es frei von Eisen, Mangan, Nitrit, Radium, Uran und anderen unerwünschten Stoffen. Es entspricht damit auch den Kriterien der Naturheilkunde. Hier spielt Wasser eine sehr wichtige Rolle. Die Ziele des Transports unerwünschter Stoffe, der Vitalisierung des Körpers und der Normalisierung der Selbstregulation werden hier allesamt auch mit dem Trinken von Wasser verfolgt. Ebenso ist eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung für eine gesunde Lebensweise wichtig.

Besonderheiten von Hornberger Lebensquell

Hornberger Lebensquell entspringt dem Herzen der Schwarzwaldberge und hat eine ganz besondere Qualität. Es ist ein sehr reines und lebendiges Wasser, welches frei aus dem Kapfswaldberg herausfließt. Es wird nicht künstlich hochgepumpt, sondern direkt am Quellort natürlich entnommen. Dabei wurde es vom Sandstein des Berges auf ursprüngliche Weise gereinigt und gefiltert. Das ergibt ein sehr weiches Wasser. Den handgeschlagenen Stollen in dem die Quelle gefasst wurde, schreiben Archäologen bereits der Römerzeit zu. Denn nur sie arbeiteten noch komplett von Hand mit Eisen und Schlegel. Der Stollen wurde 140 Meter in den Berg getrieben, so liegt es nahe, dass den Römern dieses Wasser sehr kostbar war. Zufällig wiederentdeckt wurde er 2002, als die Quelle für die Familienbrauerei Ketterer neu gefasst werden sollte.

Hornberger Lebensquell ist im Naturkosthandel erhältlich, in Bio-Bistros und im ausgesuchten Getränkefachhandel.

Hornberger Lebensquell gibt es in den Sorten „naturelle“ und „medium“.

€ 1,09 UVP (1 Liter-Flasche)

Januar 2018

www.hornberger-lebensquell.de

Pressekontakt:

STURM! Public Relations

Imke Sturm

Knesebeckstr. 92, 10623 Berlin,

Tel.: 030 – 347 05 177,

E-Mail: sturm@sturm-pr.de