

# Vital- und Yogapraxis

Constanze Ebert

...weil jeder Mensch einzigartig ist.



## Sellerie

Sellerie wurde von den Ägyptern, Griechen und Römern als Symbol der Jugend und des ewigen Schönheit wie auch Lebens angesehen. Also ein ausgesprochenes Sieger- und Kraftgemüse. Sellerie durchwärmt, nährt, kräftigt und schützt .

Sellerie enthält neben Vitamin B12, alle B-Vitamine in ausgewogener Mischung = Anti-Stress-Mittel und ist somit für Energie und Durchhaltevermögen in sämtlichen Bereichen hilfreich.