

## Tipps: Tägliche Nahrungsergänzungsmittel

Immer wieder werde ich gefragt, welche der von mir empfohlenen Nahrungsergänzungsmittel jetzt wirklich täglich notwendig sind. Deshalb hier nochmal eine Kurzfassung. Diese nehme ich täglich selber.

Das Besondere an diesen Produkten: sie sind qualitativ sehr hochwertig, effektiv und haben ein gutes Preis-Leistungs-Verhältnis.

### Täglich

#### 1. Omega-3- Fettsäuren

Norsan (je 2.000mg/Tag)

- Fischöl flüssig

<https://bit.ly/3fbC6yb> \*

- veganes Algenöl

<https://bit.ly/3tyiae4> \*

*Tipp: Über meinen Rabattcode EM 657 bekommst Du 15% auf Deine Erstbestellung*

#### 2. Vitamin D

Primal States

Vitamin D Tropfen 1000I.E. 50 ml 1150 Tropfen

<https://bit.ly/2Yeb3dZ> \*

oder

Vitamin D3 und K2 Tropfen

<https://bit.ly/3gdwrGs> \*

#### 3. Sango Meeres Koralle: Calcium/Magnesium

my fair trade: Sango Meereskorallen (Pulver)

<https://www.adcell.de/click.php?bid=197357-87870&param0=https%3A%2F%2Fwww.myfairtrade.com%2Fsango-koralle-calcium-magnesium-pulver.html> \*

*Tipp: Ich kaufe immer eine größere Menge (500g oder 1000g) für die ganz Familie, ist sehr lange haltbar.*

## Kurweise

**(z.B. 2x Jahr für je 1 Monat oder nach Bedarf)**

### **Vitamin B12**

my fair trade

Vitamin B12 Tropfen 1000µg sublingual

<https://bit.ly/2JPZfa4> \*

### **Probiotika**

my fair trade

Combi Flora Symbio Kapseln

<https://bit.ly/34mym71> \*

\*Übrigens:

Dies ist ein Affiliate link. D.h. Ich erhalte eine kleine Provision, falls du über diesen link etwas bestellst – es kostet dich aber keinen Cent mehr, du unterstützt mich dadurch nur!