

# 5:2 Intervallfasten

## Das Wohlfühl-Programm für deinen Alltag

Du suchst ein Produkt, das dich optimal beim Intervallfasten zuhause unterstützt? Dann haben wir genau das Richtige für dich. Bei unserem 3-wöchigen 5:2 Intervallfasten legst du zwei Fastentage die Woche ein und ernährst dich die restlichen 5 Tage ausgewogen. An den Fastentagen versorgen wir dich mit fünf Säften und einer Brühe. Um gesunde Nahrungsroutinen zu etablieren, haben wir Rezepte und viele kleine Ernährungstipps für dich gesammelt, die dir helfen, dich gesund, lecker und nährstoffreich zu ernähren - und das ohne Verzicht! An deinen Ernährungstagen versorgen wir dich zudem mit unserem Protein Müsli und Shots.

Außerdem haben wir einfache Entspannungs- und Bewegungstechniken für dich zusammengetragen, die dir den optimalen Ausgleich zu deinem stressigen Alltag bieten und für Wohlfühl-Momente sorgen.

- rundum-sorglos Paket für deine Fastentage
- ausführlicher Guide für die Fasten- und Ernährungstage
- flexibel in den Alltag integrierbar
- leckere Rezepte & leichte Ernährungstipps mit großer Wirkung
- gut umsetzbare Entspannungs- und Bewegungsroutinen

## Paketinhalt

6x [Pamela Pine](#)  
6x [Catie Carrot](#)  
6x [Rosy Roots](#)  
6x [Kalvin Kale](#)  
6x [Berry Amy](#)  
1x [Protein Müsli Apfel-Karotte](#)  
1x [Gemüsebrühe](#)  
1x [Rote Beete Brühe](#)  
1x [Bio Ingwer Shot](#)  
1x [Bio Kurkuma Shot](#)  
1x [Bio Beeren Shot](#)  
1x [Bio Sanddorn Shot](#)  
1x [Bio Brokkoli Shot](#)  
Intervallfasten Guide

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

## Nährwerte

Nährwertangaben: [Pamela Pine](#)

Nährwertangaben: [Catie Carrot](#)

Nährwertangaben: [Rosy Roots](#)

Nährwertangaben: [Kalvin Kale](#)

Nährwertangaben: [Berry Amy](#)

Nährwertangaben: [Protein Müsli Apfel-Karotte](#)

Nährwertangaben: [Gemüsebrühe](#)

Nährwertangaben: [Rote Beete Brühe](#)

Nährwertangaben: [Ingwer Shot](#)

Nährwertangaben: [Kurkuma Shot](#)

Nährwertangaben: [Beeren Shot](#)

Nährwertangaben: [Sanddorn Shot](#)

Nährwertangaben: [Brokkoli Shot](#)

Allergene: **Mandel, Sellerie**

Da es sich bei unseren Produkten um Naturprodukte handelt, kann es je nach Charge zu Abweichungen von Farbe, Geschmack und Textur der Säfte kommen.

Du hast Allergien oder Unverträglichkeiten? Dann kontaktiere uns unter [hallo@kaleandme.de](mailto:hallo@kaleandme.de). Wir finden eine Lösung für dich.

Haltbarkeit: gekühlt – bei 2-7 °C – nach Erhalt mindestens 21 Tage

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind wichtig.