

PeclaSANUS®

A stack of seven smooth, light-colored stones is balanced on a larger, textured rock. The stones are arranged in a vertical column, with the top stone being the smallest and the bottom stone being the largest. The background is a soft, golden sunset over a body of water, with the sun low on the horizon. The overall mood is peaceful and balanced.

Das wirkungsvolle Konzept für einen ausgeglichenen
SÄURE - BASEN - HAUSHALT

Natürlichkeit, der Sie vertrauen können

Dem Leitsatz "Das Beste aus der Natur" fühlen wir uns auch bei der Herstellung der Basen-Produkte verpflichtet. Die Produktion der Produkte findet in Deutschland und Österreich statt und ist für Bio-Produkte zertifiziert. Die professionelle Herstellung und die stets frische Verarbeitung der verwendeten Pflanzen garantieren stets einwandfreie, kontrollierte Ware.

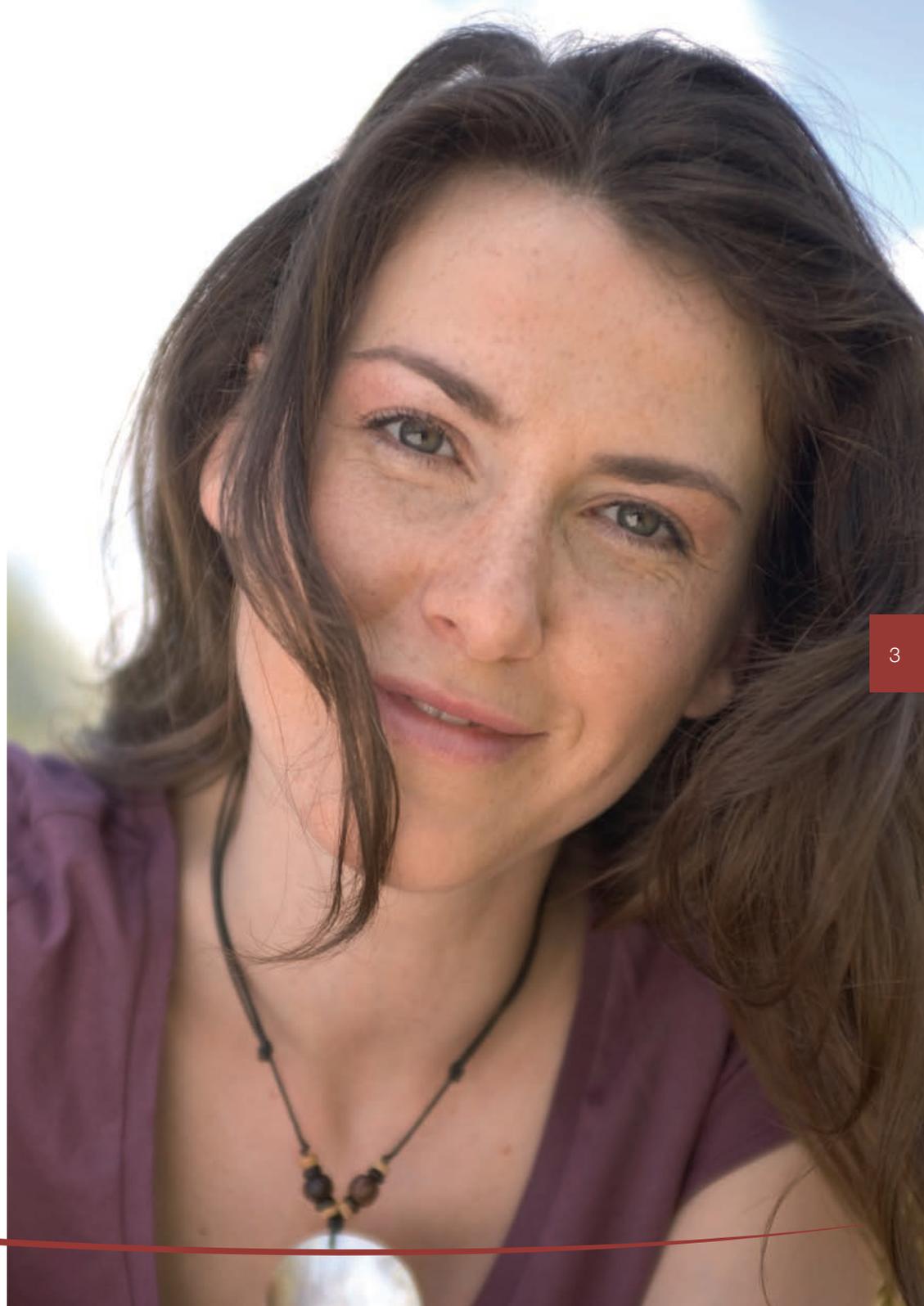
Eine gewissenhafte Rohwarenkontrolle, die fachgerechte Verarbeitung der Ware mit Herstellungsanweisungen und Mischprotokollen und die Abfüllung – alles liegt jeweils in einer Hand.

Selbstverständlich ist auch die HELLMUT RUCK GmbH selbst Bio-zertifiziert (DE-ÖKO-006).

Somit ist jeder Schluck unseres Basischen Tees, jeder Löffel des Basischen Müslis und jedes entspannende Basische Bad ein "Gruß an die Gesundheit" von den Menschen, die dem Basenkonzept all ihre Sorgfalt angedeihen ließen!

Mit besten Empfehlungen

Ihre HELLMUT RUCK GmbH



Inhalt

Übersäuerung des Körpers_Seite 6

BIO Basischer Tee_Seite 8

BIO NaturBase_Seite 12

Basische Vitalmischung_Seite 16

Bitterkräuter_Seite 18

Basen-Balance_Seite 20

BIO Basisches Müsli_Seite 24

BIO Basische Suppe_Seite 26

BIO Basische Backmischung_Seite 28

Basen 14 Tage Komplett-Set_Seite 30

Basen Starter-Set_Seite 31

Basisches Badesalz_Seite 33

Gesichtsmaske mit Basensalz_Seite 38

Basen-Strümpfe_Seite 39

Basisches Duschgel | Naturschwamm_Seite 41

Basische Pflegelotion_Seite 42

Basische Fuss- und Handcreme_Seite 43

NEU

Basische Reinigungsmilch_Seite 44

Basisches Tonic_Seite 44

24h-Creme_Seite 45

Set Basische Körperpflege_Seite 46

Set Basische Gesichtspflege_Seite 47

Grüne Tonerde_Seite 48

Gesichtsbehandlung mit Tonerde_Seite 49

Übersäuerung des Körpers

Bei Störungen des Säure-Basen-Haushaltes, kann es zu einer Übersäuerung des Körpers kommen. Damit einhergehen können gesundheitliche Probleme wie auch z. B. die Schwächung des Immunsystems. Das Tückische einer Übersäuerung ist, dass sie sich schleichend aufbaut, ohne große Beschwerden zu verursachen. Dieser Prozess kann sich über 10 bis 20 Jahre erstrecken – ohne dass nennenswerte Symptome auftreten. Die Ernährung ist dabei das Hauptproblem der Übersäuerung. Da wir heute etwa 80 % säurebildende Nahrungsmittel (z. B. Käse, Fisch, Fleisch oder auch Getreideprodukte) und lediglich 20 % basenbildende Nahrungsmittel (z. B. Obst, Gemüse, Salat und Mineralwasser) zu uns nehmen, sollten wir unsere Gewohnheiten umstellen. Eine gesunde Ernährung sollte aus 80 % Basenbildner und nur 20 % Säurebildner bestehen. Deshalb ist eine ausreichende Versorgung mit vollwertigen, natürlichen, basenreichen Nahrungsmitteln anzustreben.

Unsere Produkte Basensuppe, Basenschnitte, Basenmüsli, Basen-Balance oder auch der Basentee sind dabei eine ausgezeichnete und einfache Möglichkeit, die genussvolle basenaktive Anreicherung der täglichen Ernährung zu erreichen. Die biologischen hochwertigen Rohstoffe der einzelnen Produkte bieten eine rein pflanzliche Proteinquelle sowie vitalstoffreichen, schmackhaften Genuss.

Für alle Produkte gilt:

- Ballaststoffreich
- Basenaktiv
- Rein pflanzliche Proteinquellen
- Reine Naturprodukte
- Frei von Zucker und Geschmacksstoffen
- Frei von Zusatzstoffen
- Schnelle und einfache Zubereitung
- Vielfältige Zubereitungsmöglichkeiten
- In jeder Lebenslage die richtige Ernährung



"It's Basen TeaTime!"

Das Trinken von Kräutertees begleitet den Menschen durch die gesamte Geschichte und ist untrennbar mit ihm verbunden. In unserer Zeit erleben Kräutertees eine Blütezeit und liegen voll im Trend. Glücklicherweise erleben wir eine Renaissance natürlicher Behandlungsmethoden und die Wiederentdeckung pflanzlicher Komplexmittel. In diesem Sinne ist die Rezeptur unseres 49 Kräuter-Tees nach den Erkenntnissen des Heilpraktikers Mathias Leisen zu verstehen. Er erforschte, welche chemischen Elemente in welchen Kräutern vorhanden sind. Aus den Resultaten wurde ein Verfahren entwickelt, welches ein homöopathisches Wirkprinzip zur Lösung von Schlacken und Rückständen darstellt.

Die systematische und sorgfältige Zusammenstellung des Basischen Tees aus 49 Kräutern und Gewürzen ist eine Weiterentwicklung der Leisen-Kur, die nach nunmehr über 80 Jahren Erfahrungsheilkunde ihre Wirksamkeit hinreichend bewiesen hat. Unverwechselbar, geschmacklich vollkommen und eigenwillig. So wird die nächste Teestunde zur Wohltat für den Körper, zum Muntermacher für den Geist und stimmungsaufhellend für die Seele. Die speziell ausgewählte und kontrolliert biologisch angebaute BIO-Kräuter-Kombination unterstützt den Körper in seiner natürlichen Regulation und bietet ihm eine Vielfalt wertvoller basischer Elemente.

BIO Basischer Tee

4500603

UVP 19,95 EUR | UVP 32,95 CHF

PeclaSANUS® BIO
Basischer Tee 25 Beutel,
100 g, 250 g

4500602

UVP 10,95 EUR | UVP 16,95 CHF

mit 49 Kräutern

4500601

UVP 9,95 EUR | UVP 15,95 CHF



Zubereitung und Zutaten

Die Art der Zubereitung spielt gerade bei unserem 49 Kräuter-Tee eine große Rolle. Es gilt, die in den getrockneten Pflanzenteilen enthaltenen Inhaltsstoffe in den trinkfertigen Tee zu überführen.

Das kurze Ziehen von max. 2 Minuten bewirkt eine angestrebte geringe Konzentration der Inhaltsstoffe aber gleichzeitig nach den Regeln der Homöopathie eine optimale Wirkung.

Grundsätzlich sollte ein Kräutertee bedachtsam getrunken und keinesfalls schnell hinuntergestürzt werden. Die höchste Wirkung hat der Tee kurz nach dem Abgießen. Etwa 2 bis 4 Stunden nach dem Abgießen verliert er seine lösenden Eigenschaften.

Zutaten: Melissenblätter*, Lungenkraut*, Lindenblüten*, Malvenblätter*, Hagebutenschalen*, Birkenblätter*, Heidelbeerblätter*, Brombeerblätter*, Kümmel*, Frauenmantelkraut*, Grünhafertee*, Holunderblüten*, Löwenzahnwurzel mit Kraut*, Spitzwegerichkraut*, Stiefmütterchenkraut*, Fenchel*, Anis*, Süßholz*, Ehrenpreis-kraut/veronica*, Himbeerblätter*, Walnussblätter*, Labkraut*, Artischockenkraut*, Lavendelblüten*, Salbeiblätter*, Augentrost*, Brennnesselblätter*, Eisenkraut*, Ysopkraut*, Koriander*, Kerbel*, Queckenwurzelstock*, Ringelblume*, Kornblumenblüten*, Ingwer*, Rosenblütenblätter*, Sellerieblätter*, Schnittlauch*, Zimtrinde*, Majoran*, Rosmarinblätter*, Thymian*, Petersilienblätter*, Bärlauchkraut*, Basilikumkraut*, Bohnenkraut*, Dillkraut*, Estragonkraut*, Liebstöckelblätter*.

* aus ökologischer Landwirtschaft trostelle: DE-ÖKO-013



BIO NaturBase

Naturrein

PeclaSANUS® BIO NaturBase
160 g, 660 g



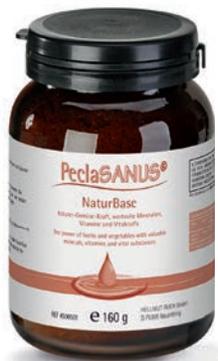
4500502

UVP 84,95 EUR | UVP 127,95 CHF



4500501

UVP 29,95 EUR | UVP 44,95 CHF



45012

UVP 36,95 EUR | UVP 55,95 CHF



PeclaSANUS®
BIO NaturBase Kapseln
180 Stück

Vitalität ist Lebensqualität

In der rein pflanzlichen NaturBase sind Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Makro- und Mikronährstoffe in gebündelter Form enthalten. Die erlesenen, Basen spendenden Kräuter, Gemüse und Getreide versorgen tagtäglich unseren Körper mit der erforderlichen Vitalstoffkraft und fördern die Balance zwischen Säuren und Basen. Das breite Spektrum der NaturBase beruht u. a. auf der Anregung der körpereigenen Stoffwechselfunktionen. Die hohe bioenergetische Verfügbarkeit ermöglicht eine optimale Aufnahme der Vitalstoffe, wie Mineralien, Vitamine, Enzyme, sekundäre Pflanzenstoffe und Spurenelemente.

- Charakteristisch und wohlschmeckend
- Ohne Konservierungsmittel
- Ohne Farb- und Aromastoffe
- Ohne chemische Zusatzstoffe
- Ohne Bindemittel und Wärmebehandlung

Anwendung

NaturBase in Pulverform: Täglich zu jeder Mahlzeit 1 Teelöffel NaturBase einnehmen und kurz einspeicheln. Diese Menge kann jederzeit erhöht werden. Die NaturBase schmeckt bekömmlich in Gemüsesäften, über Salate und in Suppen. Kühl und trocken lagern.

NaturBase Kapseln: Täglich jeweils 2 Kapseln vor den Mahlzeiten mit etwas Flüssigkeit einnehmen.

NaturBase – Ihr ständiger Begleiter...

... bei Diät, Entschlackungs- und Fastenkuren

Um Heißhungerattacken und Fastenkrisen zu verhindern werden natürliche Mineralstoffe benötigt, denn diese können gelöste Abbauprodukte binden.

... zur Regeneration

Auch in den besten Jahren wünschen wir uns Vitalität und Lebenslust. Eine bewusste Lebensführung beeinflusst den ästhetischen und gefühlten Alterungsprozess essenziell.

... in der Schwangerschaft

Vitalstoffe für Zwei helfen den erhöhten Bedarf während der Schwangerschaft zu decken und schützen den eigenen Körper.

... in den Wechseljahren

Mineralstoffverluste sollten ausgeglichen werden, wichtig für die Knochenmatrix und das allgemeine Wohlbefinden.

... für Haut und Haar

Es sind nicht nur die Spuren der Zeit, die uns zu schaffen machen. Wertvolle Vital- und Schutzstoffe aktivieren und stärken.

... für Sportler

Bewegung steigert die Gesundheit, Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden. Doch bei intensiven Ausdauer- und Trainingseinheiten werden Mineralstoffe schnell verbraucht.

Zutaten

NaturBase, mit Zutaten aus kontrolliert biologischem Anbau, kann helfen, die Mängel der heutigen Ernährung auszugleichen.

Blütenpollen, 49-Kräuter-Tee Mischung, Kürbiskerne, Weizenkeime, Lupinenmehl, Braunhirse, Fermentgetreide, Karottenstücke, Apfelstücke, Mandelmehl, Sonnenblumenkerne, Topinambur, Walnüsse, Fenchel, Rote Beete

Blütenpollen werden zur Stärkung des Immunsystems empfohlen. Hinter dem Sammelbegriff Kräuter-Gewürz-Teemischung verbergen sich alle 49 Zutaten des Basischen Tees in feinst gemahlener Form. Aus der Fülle der Kräuter nimmt der Körper die für ihn wichtigen Elemente heraus, die er gerade benötigt. Kürbiskerne haben sich zur Unterstützung der Blasen- und Prostatafunktion bewährt. Weizenkeime bereichern mit Ballaststoffen, Vitamin E und B-Komplex. Braunhirse nährt mit ihrem hohen Kieselsäureanteil Nägel, Haare, Haut und unterstützt das Bindegewebe. Fermentgetreide stabilisiert Magen und Darm und wirkt Gär- und Fäulnisprozessen entgegen. Als ausgezeichnete Kraftquelle für Schwangere und Stillende sind süße Mandeln sehr beliebt. Topinambur verhindert das Absinken des Insulinspiegels beim Fasten und bei Diäten.



Basische Vitalmischung

PeclaSANUS® Basische
Vitalmischung 100 g

4500701

UVP 16,95 EUR | UVP 24,95 CHF



Naturrein

In der Naturheilkunde sind die positiven Wirkungen der verwendeten Zutaten vielfach dokumentiert und die Hinwendung zu diesen natürlichen Substanzen ist heute ausgeprägter denn je.

Zutaten

Alfalfa, Gerstengras, Aloe Vera

Anwendung

Einnahme

Morgens vor dem Frühstück und abends vor dem Zubettgehen ½ Teelöffel Vitalmischung in ein Glas lauwarmes abgekochtes Wasser einrühren und trinken.

Fußbad

2 Esslöffel Basisches Badesalz, 1 Teelöffel Tonerde und 1 Esslöffel Vitalmischung. Auch hier können wieder ätherische Öle Ihren Einsatz finden – eine perfekte Steigerung des Entspannungserlebnisses.

Fußpeeling

2 Esslöffel Basisches Badesalz, 1 Teelöffel Grüne Tonerde, 1 Esslöffel Vitalmischung werden mit warmem Wasser und 1 Esslöffel Honig zu einer dickflüssigen Konsistenz verrührt und mit dem Spatel großzügig aufgetragen. Dieses Fußpeeling kann sowohl vor als auch nach einem Fußbad angewendet werden, und ist speziell bei sehr starken Verhärtungen der Fersenhornhaut zu empfehlen, da diese wunderbar weich wird.

Wickel

1 Teelöffel Basisches Badesalz und 1 Teelöffel Tonerde mit 3 bis 4 Esslöffel Vitalmischung vermengen und mit warmem Wasser zu einem Brei verarbeiten. Die entstandene Paste auf die bereits vorgereinigten Füße auftragen, mit Folie abdecken und warm einwickeln. Einwirkzeit je nach Bedarf und zur Verfügung stehender Zeit 15 bis 60 Minuten.

Bitterkräuter

PeclaSANUS® Bitterkräuter
100 g

4500801
UVP 16,95 EUR | UVP 24,95 CHF



Naturrein

Schon Hildegard von Bingen wusste um die Bedeutung von Bitterkräutern und ihren Einfluss auf das körperliche Wohlbefinden. In unseren heutigen Nahrungsmitteln werden Bitterstoffe weitgehend ausgefiltert, um dem allgemeinen Geschmack zu entsprechen. Häufig fehlen dadurch verdauungsfördernde Komplexe. Die ausgewogene Mischung der PeclaSANUS® Bitterkräuter kann den Mangel an Bitterstoffen ausgleichen und das allgemeine Wohlbefinden verbessern.

Zutaten

Fenchel, Löwenzahnwurzel, Schafgarbenkraut

Anwendung

Einnahme

2 x tägl. ½ Teelöffel Bitterkräuter mit etwas Wasser einspeicheln und 1 Glas Wasser nachtrinken.

Äußere Anwendung

Leberwickel – 1 Teelöffel basisches Badesalz mit 1 Teelöffel Bitterkräuter mischen und mit 1 Liter heißem Wasser überbrühen. Nun ein Baumwolltuch darin tränken und nach einigen Minuten Einwirkzeit auswringen und noch heiß auf den rechten Oberbauch auflegen. Mit einem trockenen Tuch abdecken und unter Anwendung einer externen Wärmequelle bis zu 30 Minuten wirken lassen.

Basen-Balance

PeclaSANUS® Basen-Balance,
150 g

45013

UVP 36,95 EUR | UVP 55,95 CHF



Naturrein

PeclaSANUS® Basen-Balance gibt dem Körper zurück, was ihm die "sauren Räuber" genommen haben. Leider ist es ein Merkmal unserer Überflussgesellschaft, dass falsche oder unausgewogene Ernährung nicht nur das Immunsystem gefährdet, sondern auch für die Mehrzahl der sogenannten "Wohlstandsleiden" verantwortlich ist. Regulierung tut Not. Mit PeclaSANUS® Basen-Balance erhält der Körper eine Fülle an leicht verfügbaren Mineral- und Vitalstoffen, welche den schnelleren Abbau von Stoffwechselprodukten unterstützen können.

Zutaten

Sango Coralle, Lecithin, Ananaspulver, Gerstengras, Rote Beete und Heidelbeerpulver

Anwendung

2 x täglich einen halben Teelöffel mit etwas Wasser einnehmen oder in Saft einrühren. Die Dosis kann bei Bedarf unbedenklich erhöht werden.

Weitere Informationen zu den Rohstoffen der Basen-Balance finden Sie auf den beiden Folgeseiten.

Basen-Balance – Zusammensetzung

Für die Herstellung der Basen-Balance werden nur natürliche Rohstoffe verwendet, die durch die schonende Verarbeitung und feine Vermahlung eine umfangreiche Nährstoffdichte mit herausragender Zellverfügbarkeit gewährleisten.

Sango Coralle Pulver

Enthält über 70 verschiedene Mineralstoffe und Spurenelemente in ionisierter Form. Diese helfen Mineralstoffmängel auszugleichen.

Naturlecithinpulver

Reines Naturlecithinpulver aus Sojabohnen, welches auch als "Königin des Lecithins" bezeichnet wird. Lecithin ist z. B. ein wichtiger Baustein der Zellen und unerlässlich für die Stabilität und Elastizität der Zellmembran, es stärkt das Nervengewebe und unterstützt den Energiestoffwechsel.

Gerstengraspulver

Wirkt positiv auf Energie und Vitalität und schenkt dem Körper hochwertige pflanzliche Aminosäuren, Carotinoide, Vitamine, hochwertiges Eisen, Enzyme, Schlüsselmineralstoffe und viele weitere für unser Wohlbefinden wichtige Nähr- und Begleitstoffe.

Ananaspulver

Die Ananas wurzelt im Boden, ist reich an Vitaminen, Mineralstoffen sowie wichtigen Enzymen. Ein gesunder Geschmacksträger.

Rote Beete Pulver

Die kleine rote Knolle hat es in sich!

Der in rote Beete enthaltene Biostoff Betazyane gehört zu den Flavonoiden. Rote Beete sind reich an Eisen, Vitaminen der B Gruppe, darunter B12 und Folsäure und vielen weiteren Biostoffen, welche zur Verbesserung der Zellfunktion beitragen können.

Blaubeerenpulver

Kugelrund und tiefblau sind die schmackhaften Superfrüchte. Mit vielen natürlichen Antioxidantien wirken sie gegen freie Radikale. Die enthaltenen Polyphenole, Vitamin C, Vitamin B6, Magnesium, sowie weitere bioaktive Substanzen fördern zusätzlich die gesundheitliche Wirkung.



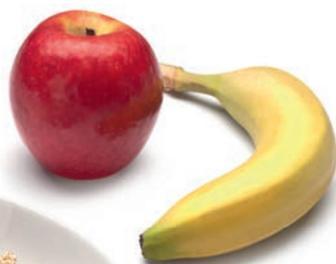


BIO Basisches Müsli

Naturrein



PeclaSANUS®
BIO Basisches Müsli, 550 g



4500302
UVP 21,95 EUR | UVP 32,95 CHF

Das PeclaSANUS® BIO Basische Müsli enthält wertvolle, rein naturbelassene Zutaten, die aus biologisch einwandfreien Anbaugebieten stammen: Amaranth, Sojaflocken, Mandeln, Äpfel, Braunhirse, Sonnenblumenkerne, Ananaspulver, Kokosmehl und Zimt (DE-ÖKO-006). Eine köstliche Zusammenstellung für höchste Ansprüche - erstaunlich, wie gut Gesundheit schmecken kann.

Zutaten

Soja-Flocken, Mandeln gerieben, Braunhirsemehl, Erdmandelflocken, Amaranth gepoppt, Sonnenblumenkerne, Äpfel, Ananaspulver, Kokosmehl, Ananasstücke, Pinienkerne, Zimt

Anwendung

Die gewünschte Menge der Müslimischung mit heißem Wasser oder Sojamilch überbrühen und kurz quellen lassen. Kann nach Belieben verfeinert oder ergänzt werden, z. B. durch die Zugabe von Reismalz, Honig oder frischen und getrockneten Früchten.



BIO Basische Suppe

Naturrein

45002

UVP 23,95 EUR | UVP 34,95 CHF



PeclaSANUS®
BIO Basische Suppe, 750 g

Bereits für Paracelsus galt der Bauch als Zentrum des Wohlbefindens. Auch für die heutige Medizin ist es unbestritten, dass der Darm für die menschliche Gesundheit einen hohen Stellenwert besitzt. 80% des Immunsystems liegen im Darm, einem 8 Meter langen Organ, das mit einer Fläche von 400 bis 500 Quadratmetern aufgeklappt einem Fußballfeld entspricht.

Die Basische Suppe mit ihrer besonderen Zusammensetzung aus Buchweizenbulgur, Amaranth, Süßlupine und Sonnenblumenkernen schmeckt ausgezeichnet. Die Mischung ist geeignet für vielseitige Rezeptideen. Beste Bio-Qualität (DE-ÖKO-006), Herstellung ohne jegliche Zusatzstoffe.

Zutaten

Buchweizenbulgur, Amaranth, Süßlupine, Sonnenblumenkerne

Grundrezept

2-4 Esslöffel der Mischung mit 2-4 Tassen Wasser mischen. 1 Teelöffel Bio-Gemüsebrühe zugeben, nach Belieben Gemüse schneiden, ebenfalls zugeben und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Mit Gewürzen und Kräutern verfeinern.

Rezeptvariationen

Risotto: Etwas Palmfett in geeignetem Gefäß erhitzen, fein gehackte Zwiebel darin glasig andünsten. Nun je nach Geschmackswunsch gehackte Steinpilze, Kräuter, Kürbis, usw. beimischen sowie 4 Esslöffel Basensuppenmischung dazu geben, durchmischen und mit ca. 600 ml Wasser aufgießen, etwas Natursalz, Pfeffer, Knoblauch und Gewürze nach Belieben beimengen und ca. 15 – 20 min. unter mehrmaligem Umrühren köcheln lassen. Zum Schluss bei Bedarf etwas nachwürzen und mit einem guten Schuss Olivenöl, Leinöl oder Kürbiskernöl verfeinern.

Cremesuppe: Zum Grundrezept zusätzlich gewünschtes Gemüse für die Cremesuppe (z. B. Kürbis oder Karotten) hacken und mitköcheln lassen. Suppe anschließend vom Herd nehmen, leicht abkühlen lassen, dann mit Pürierstab pürieren.



BIO Basische Backmischung

PeclaSANUS®
BIO Basische
Backmischung, 800 g

45014
UVP 33,95 EUR | UVP 49,95 CHF



Praktische Backmischung für basische BIO-Schnitten, ein köstliches Knuspergebäck für den kleinen Hunger zwischendurch. Die Zutaten: Sesam, Buchweizenmehl, Erdmandelflocken, Braunhirsemehl, gehackte Mandeln, gehackte Cashewnüsse, Sonnenblumenkerne, Ananaspulver, Aprikosenpulver, Kokosmehl und Hanfsamen (DE-ÖKO-006).

In kürzester Zeit stellen Sie damit ein Knuspergebäck her, welches ausgezeichnet schmeckt. Viele leckere Rezeptvariationen lassen sich durch die Zugabe von Nüssen, Trockenfrüchten oder Gewürzen erzielen.

Zutaten

Mandeln gerieben, Buchweizen-Mehl, Sesam, Erdmandelflocken, Braunhirsemehl, Sonnenblumenkerne, Cashew-Kerne, Ananaspulver, Aprikosenpulver, Hanfsamen, Kokosmehl

Grundrezept

800 g Backmischung mit 200 g Reismalz oder 190 g Honig, 220 ml Wasser und 110 ml Sonnenblumenöl vermischen und einige Minuten quellen lassen. Backofen vorheizen. Die Masse gleichmäßig ca. 1 cm dick auf ein vorbereitetes Backblech streichen und bei 180 °C ca. 20-30 Minuten goldbraun backen.

Rezeptvariationen

Fruchtig: Zum fertigen Teig ca. 120 g gehackte Datteln oder andere wohlschmeckende Trockenfrüchte zugeben.

Nussig: Zum fertigen Teig ca. 60 g gehackte Nüsse zugeben.

Weihnachtlich: Zum fertigen Teig 1 Päckchen Lebkuchengewürz zugeben, mit einem Teelöffel kleine Plätzchen auf das Backblech setzen, goldbraun backen.

Basen 14 Tage Komplett-Set

45015

UVP 119,95 EUR | UVP 179,95 CHF



PeclaSANUS® Basen
14 Tage Komplett-Set

Basen Starter-Set

45016

UVP 79,95 EUR | UVP 119,95 CHF



PeclaSANUS®
Basen Starter-Set

Nur 2 Wochen und Sie gewinnen zurück, was Ihnen der Alltag raubt. Falsche Ernährung, Bewegungsmangel und ungesunder Stress führen zu Unwohlsein und allgemeinem Leistungsabfall. Oft resultiert daraus eine Übersäuerung des Körpers. Hier sollten Sie gezielt gegensteuern. Mit unserem 14 Tage Komplett-Set erhalten Sie dazu die wichtigsten Zutaten. Unterstützend sollten Sie auf eine gesunde und naturbelassene Ernährung achten.

Inhalt:

45003 PeclaSANUS® BIO Basisches Müsli, 2 x 550 g	4500902 PeclaSANUS® Basisches Badesalz, 700 g
45002 PeclaSANUS® BIO Basische Suppe, 2 x 750 g	4500501 PeclaSANUS® BIO NaturBase, 160 g
4500801 PeclaSANUS® Bitterkräuter, 100 g	8061001 PeclaSANUS® Basen-Broschüre
4500602 PeclaSANUS® BIO Basischer Tee, 100 g	

Die basischen Produkte können als gezielte und wertvolle Nahrungsergänzung dienen u. a. für wichtige Mineralstoffe. Das PeclaSANUS® Basen Starter-Set bietet Ihnen dafür einen guten Einstieg. Aber natürlich kann die wichtigste Basis, ein gesundheitsbewusster Lebensstil, begleitet durch ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung, nicht ersetzt werden.

Inhalt:

45013 PeclaSANUS® Basen-Balance, 150 g	45014 PeclaSANUS® BIO Basische Backmischung, 800 g
4500602 PeclaSANUS® BIO Basischer Tee, 100 g	8061001 PeclaSANUS® Basen-Broschüre
4500902 PeclaSANUS® Basisches Badesalz, 700 g	

Basische Körperpflege ist beliebter denn je!

"Kosmetik" stammt vom griechischen Wort "Kosmos" ab. Kosmos bedeutet Weltordnung, Ordnung der Natur. Kosmetik ist somit die Kunst, die Schönheit des Körpers zu erhalten und zu fördern. Die ältesten uns erhaltenen Rezepte stammen aus dem alten Ägypten und zeigen, dass es möglich ist, aus reinen Naturprodukten die herrlichsten Körperpflegemittel herzustellen.

Eines dieser Rezepte erfreut sich heute einer wachsenden Beliebtheit. Die alten Ägypter gewannen Natron natürlichen Ursprungs aus den Seen des Tales Wady Natrun. Daher leitet sich auch die Bezeichnung Natron ab. In vielen Heilwässern finden wir die gleiche Substanz unter dem chemischen Begriff Natriumhydrogencarbonat wieder.

Bis vor etwa 40 Jahren war die Körperpflege in der Regel basisch orientiert. Die gute alte Kernseife mit einem basischen pH-Wert zwischen 8,5 bis 10,2 war das Universalpflegemittel.

Die Befürworter basischer Körperpflege sind sich sicher: saure Körperpflegeprodukte mit Erdölderivaten, Silikonen und chemischen Substanzen blockieren die natürliche Hautatmung und stören die physiologischen Regulationsabläufe.

Basisches Badesalz

Naturrein

PeclaSANUS® Basisches Badesalz
80 g, 700 g, 2.800 g

4500903

UVP 43,95 EUR | UVP 65,95 CHF

4500902

UVP 17,95 EUR | UVP 25,95 CHF

4500901

UVP 3,95 EUR | UVP 5,95 CHF



Schönheit im Einklang mit der Natur

Wenn die Haut durch falsche Pflege ihrer Funktion als Ausscheidungsorgan nicht mehr oder nur eingeschränkt nachkommen kann, hat dies schädliche Auswirkungen auf den gesamten Organismus. Gesättigte Fette bilden auf der Haut eine geschlossene Fettschicht und ersticken alle Prozesse, die normalerweise auf einer gesunden Haut ablaufen. Die Haut wird trocken und signalisiert einen vermeintlichen Fettbedarf, der mit konventionellen Produkten gedeckt wird. Sie wird wieder eingecremt und noch trockener. Ein "Suchteffekt" entsteht und die Regulation der körpereigenen Hauttalgdrüsen unterbleibt. Die Haut wird reaktionsstarr.

Das Wirkprinzip der vielseitig einsetzbaren basischen Anwendungen setzt auf einer anderen Ebene an und unterstützt die Gesunderhaltung der Haut in jedem Lebensalter, anstatt sie unnötig zu belasten. Die Haut hat einen direkten Kontakt zum Bindegewebe. Taucht man nun ins basische Badewasser, baut sich nach ca. 20 Minuten ein Konzentrationsgefälle auf. Alle Säuren streben nach Neutralisation und werden mobilisiert. Es entsteht durch die semipermeable Zellmembran eine einseitig gerichtete Diffusion. Dabei diffundieren saure Lösungsmoleküle in den Bereich höherer basischer Konzentrationen. Dieser hydrostatische Überdruck wird als Osmosediffusion bezeichnet.

Tägliche Waschungen und Bäder erzeugen ein wunderschönes, weiches und gesundes Hautbild. Durch die den Hautstoffwechsel anregende Wirkung ist eine Lotion oder ein Nachfetten nicht notwendig.

Edelstein-Balance für Entspannung und Energie

Auf dem Gebiet der Feinstofflichkeit sind bestimmte Schwingungsmuster bzw. Frequenzen bekannt. Naturheilkundler sprechen Edelsteinen eine stimulierende Wirkung auf die Energiezentren des Körpers zu.

Basisches Badesalz – mit reinem Edelsteinpulver

- Badesalz mit pH-Werten zwischen 8,5 und 9
- neutralisiert Säuren auf der Haut und reinigt die Poren
- regt die Haut in ihrer natürlichen Ausscheidungsfunktion an
- sorgt für eine angenehme Selbstfettung der Haut
- schenkt absolute Geschmeidigkeit
- regeneriert nach Sport und bei Stress
- ohne Farb-, Duft- und Konservierungsstoffe
- ohne Erdölderivate und Tenside
- ohne tierische Substanzen

Zutaten

Sodium Chloride, Sodium Carbonate, Sodium Bicarbonate, Calcium Carbonate, Magnesium Carbonate, Garnet, Carnelion, Citrine, Rhodochrosite, Chalcedony, Lapis Lazuli, Amethyst



"Mit Wonne in die Wanne!"

Körperliche Beschwerden einfach wegbaden – das ist eines der besten und einfachsten Naturheilmittel. Hauterkrankungen sind in vielen Fällen die Folge von Stoffwechselstörungen im Inneren des Organismus. Scheidet der Körper Giftstoffe über die Haut aus, so können Irritationen und dermatologische Störungen entstehen. Diese Symptome können auf eine Übersäuerung hindeuten. Auch Fuß- und Nagelpilze bevorzugen eine feuchte und saure Umgebung. Erleichterung verschaffen basische Waschungen und Bäder, die auch bei Neurodermitis und Psoriasis als wohltuend empfunden werden.



Fußbäder

1 Esslöffel auf eine Fußbadewanne. Im Winter schön warm, fördert das Ein- und Durchschlafen, im Sommer erfrischend kühl, abschwellend und gegen schwere Beine.

Fußbäder haben in der Naturheilkunde eine lange Tradition. Der Schweizer Naturheilkundler Dr. h.c. Alfred Vogel sagte dazu: "Die Füße können als nützliche Ausscheidungsorgane und Hilfsniere betrachtet werden. Für das Allgemeinbefinden haben Fußbäder eine große Bedeutung." Basische Fußbäder entschlacken sehr sanft und sind ein wahrer Schönmacher für die Füße.

Als sehr angenehm wird auch ein Fuß-Peeling mit basischem Salz empfunden. Man reibt die Füße morgens nach dem Duschen mit einer Brise Badesalz ein und massiert die Fußspitzen, Zehen, Fußgewölbe und Knöchel im Uhrzeigersinn mit kreisenden Bewegungen. Danach die Füße kühl abduschen und vor allem die Zehenzwischenräume gut abtrocknen.

Anwendungen

Vollbad bei 36 – 37,5 °C, mindestens 30 Minuten bis 90 Minuten und länger. Die natürlichen physiologischen Regulationsabläufe der gesamten Hautfläche werden wieder angeregt. Diese entspannte Entschlackungsmaßnahme kann über die Haut den direkten Weg nach außen gehen, ohne Lymphe, Blut, Lunge, Nieren und Leber zu belasten.

Dosierung:

Das Basische Badesalz ist nur zur äußeren Anwendung bestimmt und eignet sich hervorragend für Voll- und Fußbäder, basische Abreibungen und vieles mehr. Für ein Vollbad 3 gehäufte Esslöffel, für ein Fußbad 1 gehäufte Esslöffel. Idealerweise sollte der Körper während der Badedauer immer wieder mit einer Körperbürste abgerieben werden. Augenkontakt vermeiden.

Basenpeeling und basische Massage

Die Haut wird unter der körperwarmen Dusche angefeuchtet. Etwas basisches Badesalz zwischen die Handflächen nehmen – die Hände werden angenehm warm – und Nacken, Schultern, Arme, Po, Oberschenkel, Füße und Bauch sanft einreiben bis sich die feinen Kristalle aufgelöst haben. Anschließend warm abduschen.

Profis verwenden basisches Badesalz gern für Energiemassagen und mischen es unter ihre Spezialöle.

Basische Salzsocken

Die Wirkung der "nassen Strümpfe" nach Pfarrer Kneipp wird mit dem Basischen Badesalz optimiert. Ca. 1-2 Teelöffel Badesalz auf 1 Liter heißes Wasser geben, Baumwollsocken 3 bis 5 Minuten einweichen, danach herausnehmen, auswringen und die körperwarmen Strümpfe anziehen. Darüber warme Wollsocken tragen und über Nacht anbehalten. Dieser in der Fachliteratur bekannte Basische Heilschlaf kann zur lieb gewordenen Gewohnheit werden.

Wickel

Für einen fiebersenkenden Wadenwickel eignen sich Baumwoll- oder Leinentücher, die in Basenwasser (Zimmertemperatur) getränkt, leicht ausgewrungen und um die Waden gewickelt werden. Über die nassen Umschläge trockene Handtücher legen und zudecken. Die feuchten Umschläge sind in der Lage, das Fieber nach ca. 10 Minuten um 1 °C zu senken.

Als "Spanischer Mantel" ist der Ganzkörperwickel bekannt, der sich bei Erkältungen und rheumatischen Erkrankungen bewährt hat. Hierzu wird ein großes Naturlaken, das zuvor in einer basischen Lösung (2 Esslöffel auf 5 Liter lauwarmes Wasser) getränkt wurde, um den Körper gewickelt. Eine Wärmflasche an die Beine legen, gut zudecken und schön und gesund schwitzen.

Gesichtsmaske mit Basensalz Anwendung

Die RUCK® beautykultur Vliesmaske besteht aus 65% Viskose und 35% Polyester und deckt sowohl die Gesichtspartie, als auch den Halsbereich ab. Eine Packung enthält 50 Stück.

Der besondere Tipp für eine wirkungsvolle Gesichtsbildung:
Eine Maske mit der wohltuenden Wirkung von Basischem Badesalz.
Unsere Vliesmaske wurde speziell für die Bedingungen dieser Behandlung optimiert.

Praxis-Tipp

Basische Maske

Mit einer Messerspitze PeclaSANUS® Basischem Badesalz und 40ml warmem Wasser wird eine Lauge mit dem pH-Wert von ca. 8,5 zubereitet. Verwenden Sie dafür bitte keine Metallgefäße. Applizieren Sie die Lauge mit Hilfe eines Schwamms auf die Maske und lassen Sie diese ca. 20 Minuten einwirken. Das Ergebnis: Verstärkte Ausscheidung von Säuren und Schadstoffen, tiefenwirksame Regenerierung mit angenehmer Rückfettung der Haut. Übrigens – eine Behandlungsform, welche auch beim männlichen Geschlecht sehr gut ankommt!



40700 | 50 Stück

Basen-Strümpfe

100% BIO Naturfaser-Wolle

3309002

UVP 17,95 EUR | UVP 26,95 CHF



Basen-Strümpfe
natur, 1 Paar oder weiß, 1 Paar

Reine Baumwolle



3309001

UVP 17,95 EUR | UVP 25,95 CHF

Die Füße gelten in der Naturheilkunde als Hilfsnieren. Somit können über das Prinzip der Osmose schädliche Stoffe über Füße und Beine besonders intensiv ausgeschieden werden. Gerade zu Beginn einer Entschlackungs- oder Fastenkur hat sich die Anwendung der basischen Strümpfe hervorragend bewährt.

Basen-Strümpfe weiß, 1 Paar

Innenpaar Basen-Strümpfe aus 100% Baumwolle. Waschbar bei 30°C in der Waschmaschine. Einheitsgröße (Länge ca. 60 cm ab Ferse).

Basen-Strümpfe natur, 1 Paar

Außenpaar Basen-Strümpfe aus 100% BIO Naturfaser-Wolle. Waschbar bei 30°C im Wollwaschgang oder Handwäsche. Einheitsgröße (Länge ca. 60 cm ab Ferse).

Set-Angebot Basen-Strümpfe

Ein Paar Innen- und Außenstrümpfe als Komplett-Set. Zur Anwendung über Nacht. Eignen sich zur Unterstützung basischer Anwendungen, sind angenehm zu tragen und sorgen für einen erholsamen Schlaf!

Anwendung

Das Innenpaar wird gerafft in einer basischen Lauge (ca. 1,5 Liter warmes Wasser mit 1/2 EL Basischem Badesalz verrühren) getränkt, ausgedrückt und direkt auf der Haut getragen. Das trockene Außenpaar wird darüber gezogen und dient der Wärmeerhaltung. Basische Strümpfe können so oft wie möglich getragen werden – am besten jedoch über Nacht. Um die gelösten Stoffe aus dem Gewebe zu entfernen, muss das Innenpaar nach jeder Anwendung ausgewaschen werden.

Basisches Duschgel

Das Duschgel mit Regenerationseffekt. Zur sanften Reinigung. Schachtelhalmkraut-Extrakt wirkt glättend und tonisierend auf der Haut, Kampfer wirkt aktivierend und beugt Hautirritationen vor. Zur täglichen Körperpflege bestens geeignet. Geruchsneutral, mit pH-Wert zwischen 7,2 und 7,4.



PeclaSANUS® Basisches Duschgel 250 ml

45067

UVP 21,95 EUR | UVP 32,95 CHF

Naturschwamm

Naturschwämme nennt man auch "Gold des Meeres". Die Oberfläche ist streichelzart und besonders sanft auch bei empfindlicher Haut. Zur Reinigung den Schwamm über Nacht in lauwarmes Salzwasser legen, dann gut mit klarem Wasser ausspülen.



56705

UVP 17,95 EUR | UVP 26,95 CHF

Basische Pflegelotion

Duftneutrale Emulsion für den ganzen Körper. Diese Lotion ist reichhaltig, dennoch leicht zu verteilen. Hochwertige Bestandteile, wie Jojoba-, Mandel- und Nachtkerzenöl machen die Haut weich und geschmeidig. Urea und Aloe Vera sorgen für den Feuchtigkeitsausgleich und Pflege mit Langzeiteffekt.

Die spezielle Zusammensetzung der Ingredienzien, verbunden mit natürlichen Basiskomponenten, sorgt für irritationsfreie Pflege auch bei besonders sensiblen oder problematischem Hautbild. Regeneration und Verbesserung der Hautstruktur wird wirkungsvoll unterstützt. Das seidenweiche Hautgefühl ist das sofort spürbare Ergebnis dieser Intensivpflege.

Anwendung

Lotion gleichmäßig auf der Haut verteilen und leicht einmassieren.

Basische Körperlotion
mit pH-Wert 7

PeclaSANUS® Basische
Pflegelotion 200 ml,
450 ml (Spenderdose)

4501701

UVP 15,95 EUR | UVP 23,95 CHF



Basische Fusscreme **NEU**

Die PeclaSANUS® Basische Fußcreme ist vegan und konservierungsmittelfrei, damit für jeden Hauttyp geeignet, speziell auch für Diabetiker. Der pH-Wert von 7,5-8,2 sorgt für den effektiven Säure- Basenausgleich. Pflegende Komponenten, wie Aloe Vera, Mandelöl und Jojobaöl unterstützen die Hautregeneration auf natürliche Weise.

Basische Handcreme **NEU**

Bei stark beanspruchten Händen ist die PeclaSANUS® Basische Handcreme die optimale Pflege. Sie hat einen pH-Wert von 7,5-8,2 und sorgt damit für den effektiven Säure- Basenausgleich. Säuren auf der Haut werden neutralisiert und die Poren gereinigt.

PeclaSANUS®
Basische Fusscreme 50 ml,
450 ml (Spenderdose)

4507301

UVP 9,95 EUR | UVP 14,95 CHF



PeclaSANUS®
Basische Handcreme
50 ml, 200 ml

4507401

UVP 9,95 EUR | UVP 14,95 CHF

4507402
UVP 15,95 EUR | UVP 23,95 CHF



Basische Reinigungsmilch

Reine Haut ohne chemische Belastung. Die basische Reinigungsmilch reinigt besonders sanft aber parentief und erhält die Haut weich und geschmeidig. Für jeden Hauttyp geeignet, besonders auch für sensible und zur Trockenheit neigende Haut, mit pH-Wert zwischen 7,2 und 7,4. Die natürliche Hautregeneration wird unterstützt, das Hautbild geklärt und der Feuchtigkeitsausgleich aktiviert.

Basisches Tonic

Das Frischeerlebnis mit Reinigungseffekt. Basisches Tonic entfernt verbliebene Hautunreinheiten, neutralisiert den Kalkgehalt des Wassers, erfrischt, belebt, festigt, wirkt besonders beruhigend und hautdurchfeuchtend. Kann auch zur Erfrischung, Beruhigung und Durchfeuchtung mehrmals am Tag angewendet werden. Einfach ein "Wässerchen" mit vielen guten Eigenschaften, mit pH-Wert zwischen 7,2 und 7,4.

45064

UVP 22,95 EUR | UVP 33,95 CHF



PeclaSANUS® Basische
Reinigungsmilch 250 ml

45065

UVP 22,95 EUR | UVP 33,95 CHF



PeclaSANUS®
Basisches Tonic 250 ml

Basische 24h-Creme

Ein Pflegerlebnis für Tag und Nacht. Wertvolle Pflanzenextrakte und Vitamine bringen jede Haut zum Strahlen. Die basische Grundrezeptur pflegt, nährt und regeneriert die Haut. Shea Butter und Panthenol sorgen für intensive Pflege mit langanhaltendem Effekt, pH-Wert zwischen 7,2 und 7,4.

45066

UVP 30,95 EUR | UVP 46,95 CHF

PeclaSANUS® Basische
24h-Creme 50 ml



Set Basische Körperpflege

Der konsequente Säure-Basen-Ausgleich ist ein wirksames Prinzip für gesündere Haut. Speziell für die Körperpflege haben wir ein Set zusammengestellt, welches Ihren Kunden alles bietet, was sie für die nachhaltige Pflege benötigen.



PeclaSANUS®
Set Basische
Körperpflege

45075

UVP 59,95 EUR | UVP 89,95 CHF

Inhalt:

- 4500902 PeclaSANUS® Basisches Badesalz, 700 g
- 45067 PeclaSANUS® Basisches Duschgel, 250 ml
- 4501701 PeclaSANUS® Basische Lotion, 200 ml
- 4507301 PeclaSANUS® Basische Fußcreme, 50 ml
- 56705 peclavus® wellness Naturschwamm
- 8061001 PeclaSANUS® Basen-Broschüre

Set Basische Gesichtspflege

Besonders für die empfindliche Gesichtshaut ist der Säure-Basen-Ausgleich zur Erhaltung der Schutz Eigenschaften und des Feuchtigkeitshaushalts wichtig. Eine ideale Kombination von basischen Pflegeprodukten haben wir in diesem Set zusammengestellt.



PeclaSANUS® Set Basische
Gesichtspflege

45072

UVP 82,95 EUR | UVP 124,95 CH

Inhalt:

- 45064 PeclaSANUS® Basische Reinigungsmilch, 250 ml
- 45065 PeclaSANUS® Basisches Tonic, 250 ml
- 45066 PeclaSANUS® Basische 24h-Creme, 50 ml
- 45038 PeclaSANUS® Grüne Tonerde, 500 g
- 40700 RUCK® beautykultur Vliesmaske, 50 Stück
- 40714 RUCK® beautykultur Reinigungsschwämme, gelb, 2 Stück
- 8061001 PeclaSANUS® Basen-Broschüre

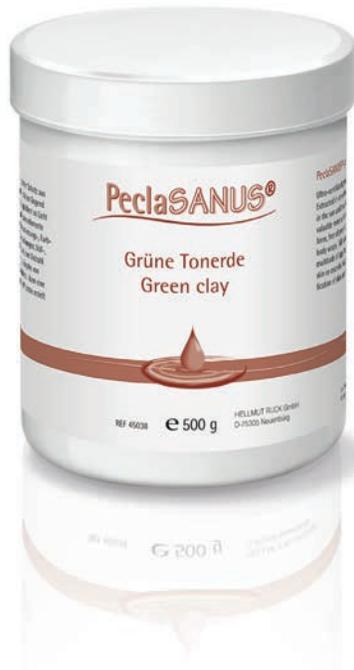
Grüne Tonerde

Die feingemahlene grüne Tonerde ist sehr selten. Sie wird in einer ökologisch intakten Gegend Siziliens gewonnen und traditionell sonnengetrocknet. Durch die Sontentrocknung bekommen die Wirkstoffe Energie, Licht und Wärme werden gespeichert. Vielseitig anwendbar als Gesichtsmaske, Körperpackung, Voll-, Hand- und Fußbad. Die ideale Basis für nachhaltige Behandlungen.

Naturrein

45038

UVP 21,95 EUR | UVP 32,95 CHF



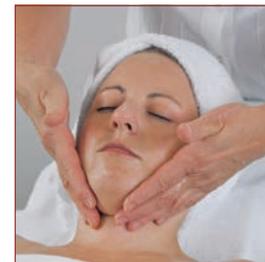
PeclaSANUS® Grüne Tonerde 500 ml

Gesichtsbehandlung – Maske mit grüner Tonerde

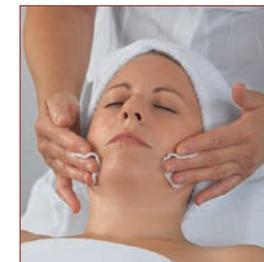
Basische Produkte haben seit Jahren einen festen Stammplatz im RUCK Sortiment. Das hat gute Gründe: Natürlichkeit, gepaart mit Tiefenwirkung und extreme Hautfreundlichkeit sprechen für sich. Das Sortiment wurde durch spezielle Produkte für Haut- und Gesichtspflege erweitert. Eine Anwendungsmöglichkeit für die Gesichtspflege möchten wir Ihnen vorstellen, eine Maske mit grüner Tonerde.

Sie benötigen:

- 2 EL PeclaSANUS® Grüne Tonerde
- ca. 15-30 ml Wasser
- 5 ml peclavus® wellness Pflegeöl Wildrose, 100 ml, (Art.-Nr. 5603201)
- PeclaSANUS® Basische Reinigungsmilch
- PeclaSANUS® Basisches Tonic
- PeclaSANUS® Basische 24h-Creme



Gesicht mit Reinigungsmilch reinigen.



Mit Tonic die Haut neutralisieren.



Die grüne Tonerde mit Wasser anrühren, dann das Pflegeöl unterrühren.

Anwendungen für Fußbad, Fußpeeling und Wickel finden Sie auf Seite 17.



Maske gleichmäßig auf Gesicht und Hals auftragen.



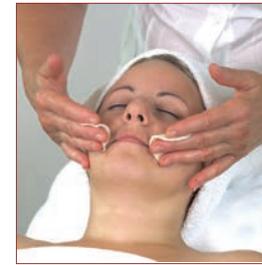
Die mit warmem Wasser getränkte Vliesmaske auf das Gesicht auflegen. Bei Bedarf die Vliesmaske zwischendurch wieder befeuchten.



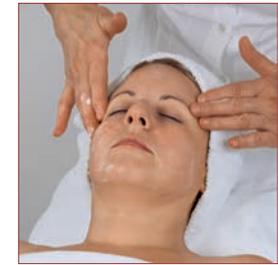
Nach 10 Minuten Einwirkzeit mit den in lauwarmem Wasser getränkten Reinigungsschwämmchen die Haut abreinigen.



Gesicht mit Kompresse abreinigen.



Die Haut mit Tonic erfrischen.



Zum Abschluss die 24h-Creme auftragen.

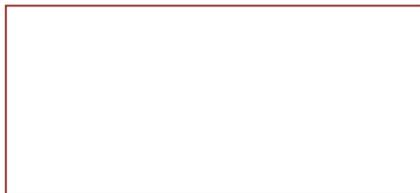
Erholung für die Haut



Basis für gesunde Vitalität – Basenprodukte von PeclaSANUS®



www.hellmut-ruck.de



HELLMUT RUCK®
FÜR FUSS UND PFLEGE

HELLMUT RUCK GmbH
Daimlerstraße 23
D-75305 Neuenbürg
kontakt@hellmut-ruck.de
www.hellmut-ruck.de