



# SPATERRA

Mit Blauer Heilerde, Magnesiumsalz (Epsom)

## Heilerde zum Selbermischen



### 1. Mischen

Die gewünschte Menge Blaue Heilerde in einem Verhältnis von 1:1 mit stillem Wasser mischen.

### 2. Rühren

Die Mischung gut umrühren, bis eine glatte Paste entsteht.

### 3. Anwenden

Die Paste dünn auf Ihren Körper auftragen und leicht einmassieren. Nach 15-20 Minuten Einwirkzeit mit lauwarmem Wasser abspülen.