

# \*\*\* Bastel-Tipp \*\*\*

## Badesalz gegen Muskelkater

zur Entspannung der Muskeln

Sie benötigen:

- 3 Tassen natürliches Salz  
(z. B. Bittersalz, Totes Meer Badesalz, Steinsalz ect.)
- 20 Tropfen Zitronenöl / Aromaöl (100 % naturrein)
- 1 TL Zitronenabrieb
- 1 EL getrockneter Rosmarin



So geht's:

1. Zerkleinern Sie alle Zutaten mit einem Mörser oder einer Küchenmaschine und vermengen Sie alles miteinander. Für die Hautpflege können Sie noch 1 TL Kokosöl oder Olivenöl dazugeben.
2. Dann füllen Sie die Masse in ein verschließbares Glas oder Röhrchen.
3. Zum Verzieren und Beschriften der Gläser können Sie Etiketten gestalten z. B. mithilfe von Stempeln.



Viel Spaß!

Mehr Infos:



# LOGO

Ihr christlicher Buchversand