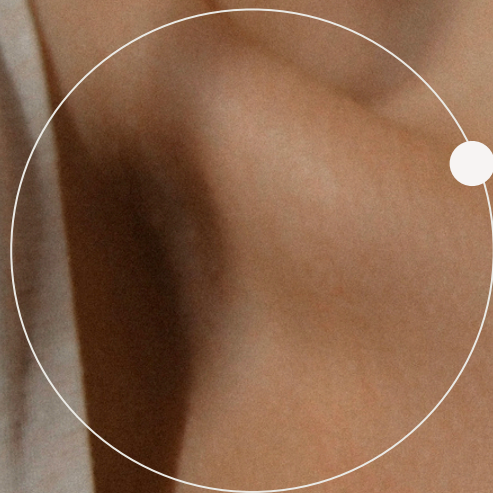


seed cycling

Der natürliche Weg zu deinem
hormonellen Gleichgewicht.



LIN

bye, bye PMS

Um die 80 % der menstruierenden Frauen leiden unter hormonellen Dysbalancen (PMS) mit Symptomen wie Stimmungsschwankungen, Schmerzen, Wassereinlagerungen, Konzentrationsstörungen oder hormoneller Akne.

PMS ist kein natürlicher Zustand, sondern ein Signal deines Körpers: Der Hormonhaushalt ist aus dem Gleichgewicht geraten und braucht gezielte Unterstützung.

Denn: Jede Zyklusphase verfügt über ihre eigenen Stärken – und nur im ausgewogenen Zusammenspiel können diese Qualitäten voll zur Entfaltung kommen.



Menstruation Follikelphase Ovulation Lutealphase

Weitere Infos rund um den Zyklus und zu unseren Produkten findest du auf unserer Website www.femalecycle.ch



pflanzlicher support für deinen zyklus

cycle seeds by LÜN

Zwei perfekt abgestimmte Samenmischungen, einfach in deinen Alltag integrierbar. Ob im Müsli oder Smoothie, auf dem Avo-Brot oder Salat.

phase 01

Menstruation +
Follikelphase



Leinsamen enthalten Lignane, die die Östrogenbalance unterstützen und zur Regelmässigkeit des Eisprungs beitragen können. Kürbiskerne unterstützen durch den Gehalt an Zink den Hormonhaushalt und die Eizellreifung.



phase 02

Ovulation +
Lutealphase



Sesam und Sonnenblumenkerne liefern wertvolle Nährstoffe wie Zink, Magnesium und Vitamin E. Diese unterstützen antioxidative Prozesse, binden überschüssiges Östrogen und können zur Vorbeugung von Krämpfen beitragen.



in kürze

Was ist Seed Cycling?

Eine sanfte Methode, um deine Hormonbalance mit der Kraft von Samen zu unterstützen. Zwei Mischungen – abgestimmt auf die beiden Hauptphasen deines Zyklus.

Für wen ist die Methode geeignet?

Für alle, die ihre Zyklusbalance natürlich unterstützen möchten – bei PMS, unregelmässigem Zyklus oder auch bei ausbleibender Blutung, z.B. nach dem Absetzen der Pille.

Was bewirkt die Methode?

- Weniger PMS-Symptome wie Schmerzen, Stimmungsschwankungen oder hormonelle Akne
- Unterstützung eines regelmässigen Eisprungs
- Versorgt dich mit wichtigen Nährstoffen

Wo sind die cycle seeds erhältlich?

In ausgewählten Shops vor Ort – oder ganz unkompliziert direkt über unseren Online-Shop. Auch als Nachfüllpack oder im Abo erhältlich.

www.femalecycle.ch