



**GESUNDES
PAUDORF** |



Ambulante Heilfastenwoche nach Dr. Buchinger
mit Eva Steininger und Martina Reisinger-Grüner
ärztlich geprüfte spirituelle Fastenbegleiterinnen



„Wer (richtig) FASTET, hungert nicht,
und wer hungert, FASTET nicht!“

Fasten ist einer der stärksten Impulse für die körpereigenen Selbstheilungskräfte.
Fasten ist bewusster Verzicht auf feste Nahrung und Genussmittel für eine begrenzte Zeit.
Fasten reinigt und regeneriert.
Fasten erfordert körperliche Bewegung und ausreichend Ruhe.
Fasten macht fit.

- Abendlich begleitete Fastenwoche
- kleine individuell betreute Fastengruppe
- regelmäßige Treffen (alle 2 Tage) zum Erfahrungsaustausch und Gruppengespräche
- biologische Fastenverpflegung für Zuhause - gemeinsames Fastensuppenessen
- leichte Wanderungen und Entspannungseinheiten
- feierliches Fastenbrechen
- Fastenunterlagen
- liebevolle und persönliche Betreuung
-

Diese Fastenwoche findet in Eigenverantwortung der Teilnehmenden statt!

Informationsabend: **Montag, 25. März 2024, 18 Uhr**
an diesem Abend werden all ihre Fragen zur Fastenwoche beantwortet (Bitte um Anmeldung)

Termine: Einstimmungsabend **Montag, 08. April 2024**
Fastenwoche **Freitag, 12. April bis Freitag, 19. April 2024**

Ort: Heurigenlokal Weingut Etenauer
3125 Kuffern, Kellerstr. 32

Info und Anmeldung: **0676/6052017** oder **fastenerlebnis@gmx.at**

Preis: **€ 275,-**

