

FASTEN ZUHAUSE IM ALLTAG

7 Tage Heilfasten

○ Grundlagen

○ Täglicher Austausch

○ Unterlagen, Rezepte & wichtige Untensilien

○○○○

CHF 520.00

Info-Abend kostenlos
4.10 & 7.10.22, 19:30

Anmeldung unter
www.lernen-mit-feeling.ch

Kursinhalt

- Heilfasten nach Buchinger / Lützner
- Theoretische Grundlagen zum besseren Verständnis von Körper & Fasten
- Einkaufsliste, Rezepte und praktische Tipps
- Tägliches Bewegungsprogramm (Video & Anleitung)
- Täglicher Austausch per zoom
- Individuelle Betreuung
- Buch "richtig Essen nach dem Fasten"
- Kursunterlagen und Videos
- Glaubersalz, Fastenöl, Irrigator, Magnesiumsalz, Immortellehydrolat

Ablauf 29.10 - 5.11.22

Informationsabend 4.10 oder 7.10.22 (zoom / vor Ort)

Kick-off Treffen 24.10.22 (zoom)

Tag 1 bis Tag 6 Austausch (zoom) & Bewegung individuell

Tag 5 Vortrag Fastenbrechen

Tag 7 Abschluss-Treffen

Anmeldung & Fragen

www.lernen-mit-feeling.ch

www.einSein.ch

Kursleitung Josef Kreuzer
Ärztlich geprüfter Fastenleiter

MITGLIED
DEUTSCHE
FASTENAKADEMIE e.V. 

Ärztlich geprüfte/r Fastenleiter/in (dfa)

