

Gesundheitsvorsorge

Vitalität
Wohlfühlen

Gewichtsabnahme



Heilfasten und Basenfasten 2008

Termin 1 Heilfasten

Tagungsnummer 08 / 1702

Sonntag, 17.02.08 um 14.00 Uhr bis
Freitag, 22.02.08 um 14.00 Uhr

Termin 2 Heilfasten

Tagungsnummer 08 / 1603

Schwerpunkt: Meditation und Yoga Heidi Tetzel BDY

Sonntag, 16.03.08 um 14.00 Uhr bis
Freitag, 21.03.08 um 14.00 Uhr

Termin 3 Basenfasten

Tagungsnummer 08 / 0911

Sonntag, 09.11.08 um 14.00 Uhr bis
Freitag, 14.11.08 um 14.00 Uhr

**DAS LEBEN IST IMMER NUR SO GUT
WIE MAN SICH FÜHLT !**

Romantik – Landhaus



Urlaub mit Sinn !

Familie Kempf – Arnold mit Team
63874 Dammbach Tel. 06092 / 5510
www.Landhaus-Hochspessart.de

Auch im Jahr 2008

wieder unser beliebtes und erfolgreiches
„ Heilfasten und Basenfasten „

Beim Heilfasten orientieren wir uns an der bewährten Methode von Dr. Otto Buchinger / Dr. Lütznert. Bei völligem Verzicht auf feste Nahrung werden dem Körper durch Tee, Mineralwasser, Gemüsebrühe, etwas Honig, Zitrone sowie ungezuckertem Obstsaft die notwendigen Vitamine und Mineralien zugefügt. Wichtig ist das reichliche Trinken von Wasser und die regelmäßige Darmreinigung.

Basenfasten – ist der Verzicht auf säurebildende Nahrungsmittel für einen begrenzten Zeitraum. Wir ernähren uns ausschließlich von basischen Lebensmitteln. Basenfasten dient, wie auch Heilfasten, in erster Linie der Gesundheit.

Beim Basenfasten - entsäuert der Körper
- entlastet der Organismus
- *entschlackt das Bindegewebe*
-

Leib und Seele finden Ruhe, z. B. während einiger Schweigezeiten, etwa bei den kleinen, aber wichtigen Mahlzeiten.
Wanderungen oder Spaziergänge dienen dem ganzen Menschen.

Ganzheitliches Programm von und mit
Heilpraktikerin Astrid Hock – Baum
und Fachreferenten

6 Tage

**Ganzheitliches Begleitprogramm
alles im Preis enthalten**

5 Übernachtungen in sehr gemütlichen Landhauszimmern

- **Beim Heilfasten** alle zur Kur gehörende Tees, Wasser, Gemüsebrühen und Säfte
- **Beim Basenfasten** – Vollverpflegung mit frischen und biologisch angebauten Lebensmitteln
 - Saunaabende
- Eröffnungsgespräch, Programm und Betreuung von und mit Heilpraktikerin Frau Hock – Baum
 - Klangschalenmeditation
 - Ohrenkerzenbehandlung
 - Basenfußbäder
 - Yoga oder Zilgri Einführung
 - Meditatives Malen
- Entspannung / Phantasieren / Meditation
 - Ernährungsberatung
 - Wandern und oder Walking

Zusätzliche Behandlungen gegen Gebühr

- Bachblütenunterstützung (wenn gewünscht)
- Colon – Hydro – Therapie (außer Haus)
- Entgiftungsfußbäder mit Body – detox Gerät
 - Homöopathie
- Entgiftungsmassagen (im Haus)
- Kräuterstempelmassage (im Haus)
- Verschiedene Massagetechniken (im Haus)

Mind. Teilnehmerzahl 8 Personen

Programmänderungen vorbehalten

Kosten für Heilfasten:

pro Person und Tag / inkl. Verpflegung

| Einzelzimmer | Doppelzimmer | Doppelz. mit 1 Person |
|--------------|--------------|-----------------------|
| 48,00 Euro | 44,00 Euro | 52,00 Euro |

+ Seminargebühren 195,00 Euro

Beim Basenfasten erhöht sich der Verpflegungspreis
um 10,00 Euro pro Tag

Bitte melden Sie sich schriftlich an. Verwenden Sie dazu unsere Anmeldevordrucks. Sie erhalten dann von uns die verbindlichen Anmeldebestätigung.
Preisliste ab 01.03.08