

Ablauf Fastenseminar Februar 2024

Infoabend am 16.02.24 um 18:00

- sie lernen die Teilnehmer der Fastengruppe kennen, maximal 6 Personen nehmen teil
- wir besprechen den genauen Ablauf und sie erhalten ihr Fastenpaket mit Abführmittel und Entgiftungstee

17.02.24

- nehmen sie sich einen Tag Zeit und bereiten sie sich auf die kommende Woche vor
- reduzieren sie die Kalorienzufuhr auf 1000kcal, verzichten sie ab diesem Tag auf Kaffee, Alkohol und andere Genussmittel

18.02.24 •

Abführtag!

- am Morgen wird auf nüchternen Magen das Abführmittel eingenommen, die Fastenwoche beginnt
- planen Sie für diesen Tag zu Hause zu bleiben

19.03.24 – 23.02.24

- wir starten jeden Morgen um 8:00 mit einer Stunde Yoga
- am Abend treffen wir uns um 18:00 in Goldbach (je nach Variante 3 oder 5 Tage)
- alle Anwendungen werden individuell abgestimmt

23.02.24 – 25.02.2024

- nach den Anwendungen am Freitagabend ca 20:00 besprechen wir die bevorstehende Aufbauphase, das Fastenbrechen ist für Sonntag empfohlen
- wir überlassen es jedem Teilnehmer selbst nach dem 7. Tag den berühmten Apfel zu essen oder noch eine Zeit lang weiter zu fasten

Anmeldung begleitetes Fasten vom 16.02.2024 – 23.02.2024

Name*

Vorname*

Straße*

Postleitzahl*

Ort* Telefon*

eMail*

Beruf

Geburtsdatum*

2 Varianten buchbar: (bitte ankreuzen)

Variante 1 Paket für 450€

Info und Einführungsrunde am 16.02.24 um 18:00 im Cardio & Spine

Montag-Mittwoch-Freitag von 18:00-20:00

Anwendungen an 3 Abenden, individuell auf sie abgestimmt

Variante 2 Paket für 750€

Info und Einführungsrunde am 16.02.24 um 18:00 im Cardio & Spine

Montag-Dienstag-Mittwoch-Donnerstag-Freitag von 18:00-20:00 Anwendungen an 5 Abenden,
individuell auf Sie abgestimmt

Alle Anwendungen am Abend finden im Cardio & Spine in Goldbach, Aschaffstraße 1 statt und beinhalten

- 5 Yogastunden a 1 Stunde Mo bis Freitag um 8:00
- Colonmassage Bauchbehandlung
- Lymphdrainage Bauchtiefbehandlung
- Bindegewebsmassage / Faszienmassage
- Leberwickel und basische Fußwickel n
- Fußreflexzonen-Behandlung
- Individuelle Beratung und naturheilkundliche Behandlung bei auftretenden Beschwerden
- Erfahrungsaustausch und Motivationsstärkung in der Gruppe
- Fastenpaket und Teemischung

Der gesamte Seminarbeitrag ist nach Erhalt der Anmeldebestätigung im Voraus an uns zu überweisen.

Stornobedingungen:

Eine Stornierung hat verpflichtend schriftlich zu erfolgen.

Bei einer Abmeldung

- innerhalb von 2 Wochen vor Seminarbeginn werden 50% der Seminargebühr einbehalten.
- bei Nichterscheinen ohne Abmeldung wird die Seminargebühr gänzlich einbehalten

Hiermit melde ich mich verbindlich für das Fastenseminar vom 16.02.24-25.02.24 an

Ort, Datum

Unterschrift

Bitte senden sie die Anmeldung per Email an info@heilpraktikerin-aschaffenburg.de im Anschluss erhalten sie eine Zahlungsanweisung per Email