

FASTENZEIT

ZEIT DES VERZICHTS UND DER INNEREN REINIGUNG
DEINE ZEIT BEGINNT JETZT

Sorge für Dich, nimm Abstand vom Alltag, rück ein Stück näher an Dich heran und fühle Dich bei uns aufgehoben und sicher durch Deine Fastenreise begleitet.

- Ablaufplan inkl. Rezepte für die Entlastungstage
- Ursalz / Glaubersalz / Leberwickel und basische Fussbäder
- fastengerechte Verflebung
- Waldbaden / Atemtherapie
- Yoga
- sanftes Faszientraining
- Wanderungen / Kaha
- Eisbaden
- Meditation
- Aromatherapie
- Klangentspannung

- Ablaufplan inkl. Rezepte für die Auftage



Wo?

**Seminarhaus Schlüßhof
in Lychen**

Direkt am See, idyllisch gelegen und eingebettet inmitten der Natur, ein inspirierender Ort, zum Kraft tanken und zu sich selbst finden.

12.01.2024 - 20.01.2024

8 Übernachtungen im Einzelzimmer
in den Waldhäusern des Seminarhofs
Ausgleich pro Person 1199,- €

18.04.2024 - 22.04.2024

4 Übernachtungen im Einzelzimmer
im Seebungalow & Fastenbegleitung zu Hause
Ausgleich pro Person 849,- €

08.11.2024 - 16.11.2024

8 Übernachtungen im Einzelzimmer
im Seebungalow
Ausgleich pro Person 1199,- €

Anmeldungen ab sofort möglich

Teilnehmeranzahl ist auf 14 Personen begrenzt

Als Geschenk und in Kombination mit Gutscheinen möglich

Informationen & Anmeldungen

MaLi Memoriam

Marleen Littmann

0151/ 20254451

Kalyani HerzZeitYoga

Kathrin Rach

0172/3244926

