FASTEN

FIT UND VITAL: WOHLGEFÜHL IN 7 TAGEN

Ärztlich begleitete Fastenwoche für Gesundheit, Wohlbefinden und spürbar mehr Energie

ANMELDUNG
info@prm-leipzig.de

Stichwort:
Fastenwoche
17.–23. Juni 2023

DAS WARTET AUF SIE

Genuss einer professionell geführten Fastenkur mit heilsamer Wirkung.

- täglich gemeinsame wohltuende Wanderungen
- informative Vorträge & Entspannungsmomente
- leckere frisch zubereitete Fastensuppen & Säfte zum gemeinsamen Genuss-Erlebnis

WANN, WO & PREIS

Begleitetes Fasten: 17.–23. Juni, jeweils 9^{30}–12^{00} Uhr Fastenwandern & 17^{00}–19^{00} Uhr *(z. B. gemeinsam Suppe genießen, Meditation, Yoga, Impulsvorträge, Gesprächsrunde)*

Einführungsveranstaltung: 15. Juni um 17^{30}–19^{00} Uhr

Ort: Therapiezentrum Angerbrücke, Jahnallee 54, 04177 Leipzig

Fastenwoche mit umfangreichem Programm
inkl. Einführung ins Fasten: € 385

☺ Wir freuen uns auf Sie!

FASTEN

FIT UND VITAL: WOHLGEFÜHL IN 7 TAGEN

Wir freuen uns auf Sie!

An der frischen Luft Kraft auftanken und neue Energien spüren! Beim gemeinsamen Fastenwandern durch den schönen Auenwald hilft uns die Natur beim Besinnen auf uns selbst und lässt uns unnötige Gedanken abschalten. Nehmen Sie von der Hektik des modernen Lebens bewusst eine Auszeit!

Fasten heißt ... ☺ Verzichten für eine bestimmte Zeit. ☺ Anhalten, sich Besinnen auf das Nötigste. ☺ Zurückfinden zur Basis des Lebens und der Gesundheit. Fasten ist DEIN Neustart. Eine Fastenkur ist eine Auszeit mit Sinn.

In dieser Zeit begleiten wir Sie mit Wissen, langjähriger Erfahrung und einem abgestimmten Programm, welches Ihre Balance für Körper, Seele und Geist unterstützt.

WIR BEGLEITEN SIE PERSÖNLICH

Cornelia Wilke Fachärztin für PRM & zertifizierte FastenBeraterin MED+*
• www.prm-leipzig.de

Peggy Brennecke Gesundheitswissenschaftlerin Bachelor of Science (B.Sc.), Physiotherapeutin & Gesundheitstrainerin
• www.pb-gesundheitstraining.de

Kathleen Domnick Dipl. Ökotrophologin & FastenBeraterin BASIS*
• www.ess-balance.de

Peggy Brennecke Gesundheitstraining

Facharztpraxis für PRM Cornelia Wilke

Ess-Balance www.ess-balance.de Kathleen Domnick Dipl.oec.troph. (FH) Praxis für Ernährungstherapie

* Akademie für Integratives Fasten