

Sanftes Fasten nach Hildegard von Bingen in Lochau

“Jeder Mensch kann etwas Gutes für sich und seine Gesundheit tun.”

Bei diesem Heilfasten geht es nicht hauptsächlich darum Gewicht zu verlieren, sondern vielmehr um die Entgiftung und die Reinigung des gesamten Körpers, um neue Energie für Körper, Geist und Seele zu erlangen.

Die Fastenwoche beginnt mit einem Einführungsabend, bei dem der Ablauf des Fastens und Fragen rund um die Fastenwoche erklärt werden.

Von Montag bis Freitag finden täglich treffen statt um sich auszutauschen, neue Fragen zu klären, sanfte Körper- und Entspannungsübungen zu machen und etwas Wissen der Hildegard von Bingen zu erlangen.

Fasten ist ein ganzheitliches Universalheilmittel. Es wirkt sich positiv auf Körper, Geist und Seele aus.

Kosten: 78€ für die Fastenbegleitung
16€ für den Birnbrei

Weitere Infos und Anmeldung (bis 25.02.2025)
bei Sarah E. Eienbach Tel.Nr.: 0680/3222 457
oder E-Mail: saraheienbach@gmail.com
Ich kann dich auch gerne digital begleiten!

TERMINE

EINFÜHRUNGSABEND

06.03.2025 um 19:00 Uhr

FASTENWOCHE

10.03.2025 bis 14.03.2025

am Mittwoch findet kein Treffen
statt

GRUPPE 1

18:00 Uhr - 19:15 Uhr

GRUPPE 2

19:30 Uhr - 20:45 Uhr

WO?

Im alten Schulhütle in
Lochau, Landstraße 25