

Heil- fasten

*„Wer nicht ganz gesund
und noch nicht krank ist,
dem bringt es Gesundheit.
Auch die Gesunden
sollen diese Kur machen,
weil es ihnen
die Gesundheit erhält,
damit sie nicht krank werden.“*

Hildegard von Bingen



Ich kann auf das Fasten
ebenso wenig
verzichten
wie auf meine Augen.
Denn was die Augen für
die äußere Welt sind,
ist das Fasten für die
innere Welt.“

Ghandi



Ernährungsberaterin
Gabriele Merseburger
Hindenburgstraße 14
97631 Bad Königshofen

Telefon/Fax: 09761- 39 70 38
E-Mail: g-merseburger@t-online.de
www.schoen-und-gesund-merseburger.de

Fasten- wandern

in Bad Königshofen



*Ein Kurs
für Körper,
Geist und
Seele*

Fastenwandern

Für viele Menschen ist Heilfasten seit langem ein Weg, Leib und Seele zu reinigen und zur eigenen Mitte zu finden.

Für Hildegard von Bingen war es auch ein Neubeginn in der Beziehung zu Gott.

Ein – zweimal pro Jahr wird das Heilfasten empfohlen, vornehmlich nach Vollmond, da dann erfahrungsgemäß die Entschlackung effektiver vonstatten geht. Darauf achten wir bei unserer Terminauswahl.



Unsere Körper sind mit zahlreichen Stoffwechselrückständen und Zusatzstoffen aus der Nahrung, mit Umweltgiften und Übersäuerung durch Stress belastet.

Gönnen Sie deshalb Ihrem Stoffwechsel eine Auszeit!

Kurbeln Sie die Entgiftung an!

Bauen Sie Fettzellen ab und durch tägliches Wandern Muskelzellen auf! Ein Gewichtsverlust von bis zu 6 kg ist möglich und mit unseren Ernährungshinweisen auch dauerhaft.



Genießen Sie die wunderschöne Natur der Rhön, Hassberge und des Thüringer Waldes!

Spüren Sie, welche Auswirkungen die gewonnene körperliche Leichtigkeit auf Ihren Geist und Ihre Seele hat.

7-tägiger Fastenkurs

wahlweise mit oder ohne Übernachtung

Ablauf und Leistungen (im Preis inbegriffen)

- 6 Übernachtungen in schönen EZ oder DZ mit Dusche/WC im *** Hotel mit Schwimmbad, Sauna, Kneipanlage, Fitnessraum
- Getränke: verschiedene Teesorten, sehr gutes Wasser, Gemüsesuppen, Gemüsebrühe
- Wir verwenden vorwiegend Bio-Produkte.
- zur Entgiftung: Enzympräparat EnzySol, Badenbad, Wurzelkraft, statt Glaubersalz Ingwerwürzkekspulver nach Hildegard von Bingen
- umfangreiche Fastenunterlagen
- 6 x nachmittägliche Wanderungen (ca. 2–3 Stunden)
- 1 x Besuch der Frankenthaler Heilwasserbadeseen Deutschlands
- 6 x abendlich in gemütlicher Runde Vorträge und Veranstaltungen über gesunde Ernährung mit Tipps für zu Hause, typgerechter Säure-Basen-Haushalt, Meditation- und Entspannungsübungen, Einführung in Pilates
- abendliche Fußbäder und Leberwickel
- Antlitzanalyse nach Dr. Schübler
- Beratung zur radionischen Blutanalyse
- vormittags zur freien Verfügung, d.h. Zeit für Wellness-Anwendungen gegen Bezahlung buchbar usw.

Termine 2008			
Januar	27.01.-03.02.08	Juli	20.07.-27.07.08
Februar	24.02.-02.03.08	August	17.08.-24.08.08
März	23.03.-30.03.08	September	21.09.-28.09.08
April	27.04.-04.05.08	Oktober	19.10.-26.10.08
Mai	25.05.-01.06.08	November	16.11.-23.11.08
Juni	22.06.-29.06.08		

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zur Fastenwanderwoche bei Schön & Gesund in Bad Königshofen an.

Termin: vom 2008 bis 2008

Anmeldung für: Kursgebühr je Person

Fastenwandern mit ÜN im Doppelzimmer 490,00 Euro

Einzelzimmerzuschlag 49,00 Euro

Fastenwandern ohne ÜN 150,00 Euro

Gesamtbetrag: _____

Hinweis: Doppelzimmer — bei Anmeldung nur zu zweit buchbar.

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

Telefon

E-Mail

Geburtsdatum

Hinweise und Bedingungen:

Begrenzte Teilnehmerzahl 8 - 15 Teilnehmer.

Anmeldung: Aus organisatorischer Sicht und aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl (8 - 15 Teilnehmer) ist eine schriftliche Anmeldung 4 Wochen vor Kursbeginn notwendig. Sie erhalten anschließend eine Anmeldebestätigung mit der Bankverbindung zur Überweisung der Kursgebühr. In Ausnahmefällen ist eine Anmeldung eine Woche vor Kursbeginn möglich.

Rücktrittsmöglichkeit: Besteht 21 Tage vor Kursbeginn (gebührenfrei), bis 14 Tage vor Kursbeginn 75,- Euro Verwaltungsgebühr, ab 7 Tage vor Kursbeginn 100 % der Kursgebühr fällig, wenn kein Ersatzteilnehmer gefunden wird.

Der Veranstalter behält sich aus Gründen mangelnder Teilnehmerzahl das Rücktrittsrecht bis 7 Tage vor Kursbeginn mit kompletter Rückerstattung bereits eingezahlter Kursgebühr vor.

Haftung: Alle Teilnehmer haften für sich selbst. Ein Haftungsanspruch an Schön & Gesund oder die Kursleitung ist ausgeschlossen. Bei gesundheitlichen Problemen, nehmen Sie bitte Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Ort, Datum

Unterschrift