

FASTENZEIT

ZEIT DES VERZICHTS UND DER INNEREN REINIGUNG

17.04.23 - 19.04.23

Entlastungstage

20.04.23 - 23.04.23

Ankommen in der Fastenzeit an
einem wundervollem Ort

24.04.23 - 28.04.23 Fastenzeit
im heimischen Umfeld mit
täglichen Angeboten

29.04.23 - 01.05.23

Aufbautage



Anmeldefrist bis 20.01.2023

Teilnehmeranzahl ist auf Kleingruppe begrenzt

Als Geschenk und in Kombination mit Gutscheinen möglich

Das Rundum-Sorglos-Paket

- Rezepte und Ablaufplan für die Entlastungstage
- Ankommen in der Fastenzeit im Schlüßhof in Lychen
- inkl. 3 Übernachtungen in 2-Personen Bungalows
- Glaubersalz / Leberwickel / basische Fussbäder
- Fastengerechte "Verpflegung"
- Waldbaden
- Atemtherapie
- YinYoga
- Beckenbodenübungen / Faszienübungen
- Meditation
- Aromatherapie
- Klangentspannung

- Betreuung in der Fastenzeit zu Hause
- inkl. begleitetes Fasten-Wandern
- Entspannungseinheiten
- Yoga und Kaha

- gemeinsames Fastenbrechen eingebettet in einer besonderen Atmosphäre

- Ablaufplan inkl. Rezepte für die Auftage

Ausgleich 699,- € pro Person

Informationen & Anmeldungen

MaLi Memoriam
Marleen Littmann
0151/ 20254451

Kalyani HerzZeitYoga
Kathrin Rach
0172/3244926

