



**Frauenpower -
mit Rückenwind
nach vorne
schauen.**

FASTENWANDERN IN DER RHÖN - SUPPENFASTEN 30.04 - 6.5.2022

Wir bieten dir eine exklusive Betreuung in einer kleinen Gruppe von max. 8 Teilnehmerinnen. Wanderungen (je 3,5 - 4h) zu den schönsten Highlights der hessischen Rhön.

Lecker essen und trotzdem entsäuern und abnehmen. Morgens starten wir den Tag mit einem frisch gepressten Smoothie, der unsere Antioxidantien steigert (und uns beim Abbau der Säuren hilft). Wir essen 2x täglich 1-2 Teller leckere Gemüsesuppe. Tagsüber gibt es jede Menge frisches Wasser und Tees.

Unsere Pension liegt in ruhiger und dennoch zentraler Lage am Schlosspark in Gersfeld. Die moderne Ausstattung, die herzliche familiäre Atmosphäre und die renovierten Räumlichkeiten bieten einen optimalen Ausgangspunkt für unsere Fastenwanderwoche.

YASMIN.BORGWEDEL@GMX.DE

FASTENWANDERN - 30.4 bis 6.5.2022

**Gönne dir diese Woche und du wirst sehen,
was eine einzige Woche alles bewirken kann.**

Komm wie du bist, wir freuen uns auf dich.

Wir wollen dir in dieser Woche die Möglichkeit geben, dich nicht nur körperlich zu entlasten und von einem "zu-viel" zu trennen, sondern auch mental und geistig. Wir helfen dir dich von alten, belastenden Dingen zu lösen, dein Mindset in eine positive Richtung zu bringen und dabei Kraft für Neues zu schöpfen. In dieser Woche arbeiten wir an den Grundlagen deiner Gesundheit und stärken deine Ausdauer und Fitness.

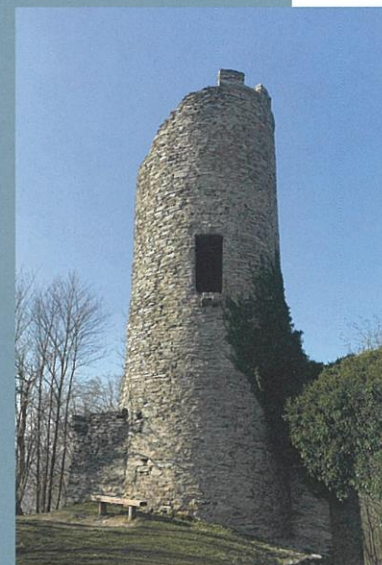
Die Seminargebühr beträgt 390€ je Person.

EZ: ab 594€ (390€ Seminargebühr + 204€ Unterkunft)

DZ: ab 684€ (390€ Seminargebühr + 294€ Unterkunft)

Optional kann gebucht werden:

- Coaching
- TFM - Therapeutische Frauenmassage (zur Unterstützung der Entgiftung) - 65€ je Stunde
- Aromaöl-Massage - 65€ je Stunde
- Sprechstunde rund um den Verdauungsapparat
- Sprechstunde rund um die Hormongesundheit



YASMIN.BORGWEDEL@GMX.DE