

Programm der Fastentage:

Chi Gong, sanfte Gymnastik,
Entspannungsübungen, geleitete Fantasiereisen
und anderes mehr.
Informationen über Besonderheiten der
Landschaft und kulturelle Sehenswürdigkeiten,
über Aufbau- und Ernährungsumstellung;
gemeinsames Singen.

Literaturempfehlung:

„Wie neugeboren durch Fasten“ von Dr. Helmut
Lützner.
Zur Vorbereitung erhalten Sie schriftliche
Entlastungshinweise einschließlich
Rezeptvorschlägen.

Mitzubringen sind:

Thermoskanne, kleiner Rucksack,
Allwetterkleidung, gute Wanderschuhe,
Tuppergefäß für Obst, kleines Sitzkissen.



Evangelisches Bildungswerk
Rosenheim – Ebersberg e.V.
Münchener Str. 38
83022 Rosenheim
Tel. 08031 809558-0
Fax 08031 809558-18
info@ebw-rosenheim.de
ebw-rosenheim.de

Seminar

Früchtefasten und Wandern am Attersee



(Foto: Rolf Staiger)

Sonntag, 29.5. bis Donnerstag, 2.6.2016

Almuth Königslöw, Masseurin,
qualifizierte Fastenwanderleiterin

**Wohltat und Erholung für Körper,
Geist und Seele
Ein Jungbrunnen**

Wohlbefinden, Gesundheit und ein intensives Körpergefühl erzielen Sie durch die Bewegung mit vermehrter Sauerstoffaufnahme und fühlen sich anschließend durch und durch vital und schöpferisch. So eignet sich Fastenwandern optimal zum Entschlacken und Entgiften, auch zum „Loslassen alter Lasten“.

Unter Gleichgesinnten läuft man gleichsam spielend, denn man ist sich gegenseitig Stütze, Sicherheit, Halt und Ansporn. Freudig und mit allen Sinnen sich beeindrucken lassen vom Frühling, vom Aufbruch in der Natur, wo Körper, Geist und Seele in eine neue Art von Harmonie gelangen, sodass man sich zusehens wacher und lebensfroher fühlt. Unsere Unterkunft: der Karlingerhof liegt unverbaut in erster Reihe direkt am Achenseeufer. Alle Zimmer wurden voll renoviert und mit Naturholz-Möbeln ausgestattet. Einen ausführlichen Infobrief erhalten Sie ca. 2 Wochen vor Beginn.



Leitung:

Almuth Königslöw
Masseurin, qualifizierte
Fastenwanderleiterin.

Termin:

Sonntag, 29.5.2016 bis Donnerstag, 2.6.2016

Ort:

4852 Weyregg, Österreich
Anreise mit eigenem PKW (auf eigene
Verantwortung)

Ankunft:

Treffpunkt ist um 11.00 Uhr in der Pension
Stallinger (möglichst bereits mit
Wanderbekleidung).

Unterkunft:

Pension Stallinger, Weyreggerstr. 16,
A-4852 Weyregg am Attersee,
Tel. 0043/ 7664 2324, www.pensionstallinger.at

Kosten:

178,-- € Kursgebühr incl. Wanderführung
und Fastenverpflegung
145,-- € Übernachtung DZ/ Dusche (für den
Kurs)
21,-- € EZ-zuschlag (für den Kurs) sofern
möglich, die Zahl der Einzelzimmer ist begrenzt!
Der Betrag wird kurz vor Veranstaltungsbeginn
abgebucht.

Anmeldung:

Bitte bis spät. 25. Februar 2016 schriftlich,
begrenzte Teilnehmerzahl
(Anmeldung nach Eingangsdatum)

In Kooperation mit der vhs Trostberg.

Stornobedingungen:

Falls es keine Warteliste gibt und Sie keine
Ersatzperson stellen können gelten folgende
Stornobedingungen.

Unterkunft:

bis 30 Tage vor Anreise keine Kosten
bis 14 Tage vor Anreise 40,-- €
ab 13 Tage vor Anreise 60,-- €
ebw:
bis 29.2.16 kostenlos
1.3.-28.4.2016: 15,-- €
29.4. - 21.5.2016: 30,-- €
22.5. - 28.5.2016: 84,-- €
Ab 29.5.2016: 178,-- €

Anmeldung:

**Nr. 16314 Fruchtefasten und Wandern am Attersee
vom 29.5. - 2.6.2016**

Hiermit melde ich mich/ melden wir uns verbindlich für
das Seminar „Fruchtefasten“ an:

Gebühr: 323,-- € plus ggf. 21,-- € EZ-Zuschlag

Vorname und Name

Straße

Hausnummer

PLZ

Wohnort

Telefon (tagsüber)

e-mail

Die am (1.) Kurstag fällige Kursgebühr

darf vom ebw per SEPA-Lastschrift
abgebucht werden.

Ein gültiges SEPA-Mandat

liegt bereits vor

liegt bei

erhalten Sie in Papierform

(Bitte fordern Sie ein leeres Formular an, sollten Sie
keines haben).

Aus medizinischer Sicht bestehen keine Bedenken gegen
meine Teilnahme an dieser Fastenwoche. Mögliche
Unsicherheiten habe ich mit meinem Hausarzt abgeklärt.
Hiermit erkenne ich die Vertrags/ Rücktrittsbedingungen
als verbindlich an.

Datum

Unterschrift