

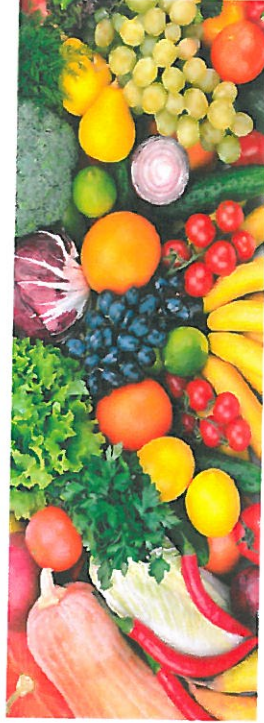
Sinne schärfen

Neue Energien wecken

Körper entlasten



FIT- Basenfasten und Entspannung im Naturpark Hotel Weilquelle *****



Und darauf können Sie sich freuen:

- 6 Übernachtungen im Naturpark Hotel Weilquelle***** im Luftkurort Schmitten im Taunus
- 6 Tage Basenfasten mit 3 x tgl. frisch zubereiteten basischen Mahlzeiten und Getränke (Säfte und Tee)
- Professionelle Fastenkursbegleitung
- Schon ab 4 Personen Genuss pur
- Fastenunterstützende Maßnahmen
- Nutzung der hoteleigenen Sauna und des Römischen Dampfbades
- 5 Tage Entspannungskurs (Kostenerstattung durch Krankenkasse möglich)
- Zeit für sich
- Morgengänge, kleine Wanderungen (2-3 Std..)
- Informationen über naturgesunde Ernährung
- Starterkit

**Preise: 820,00 € / Person im DZ
925,00 € / Person im EZ**

Zubuchbare Angebote:

Fußreflexzonen-Wellnessmassage



Inge Wertgen, M.A.

Fastenleiterin, AGL*, ganzheitliche Methode

Entspannungspädagogin, zertifiziert AGL*

Gesundheitsberaterin, AGL*, ganzheitliche Gesundheit

Archäologin (Magister Artium Geisteswissenschaften)

Examinierete Krankenschwester

*AGL, Akademie Gesundes Leben, Oberursel

So. 08.10. - Sa. 14.10.2017

FiT-Fasten im Taunus

Inge Wertgen

Im Schmidstück 2a

65779 Kelkheim

Telefon 06174 6197142

Fax 06174 6197147

inge.wertgen@fit-fasten-im-taunus.de

www.fit-fasten-im-taunus.de



Entlasten und entspannen
Sie Ihren Körper und Geist

Starten Sie mit mir Ihre Auszeit, in
der Sie sich selbst näher kommen

Reisen Sie zu sich selbst

Sinne schärfen Neue Energien wecken Körper entlasten

Fasten tut gut! Es entlastet den Körper und fördert so die natürlichen Selbstheilungskräfte des Körpers.

Nutzen Sie diese Zeit, um Energie und Lebensfreude aufzutanken und nebenbei einige überflüssige Pfunde zu verlieren.

Machen Sie die Basenfastenzeit zu einem besonderen Erlebnis. Starten Sie mit mir in eine Zeit, in der Sie sich selbst näher kommen.

Das Naturpark Hotel Weilquelle**** im Taunus (Nähe Frankfurt) bietet die ideale Atmosphäre für eine Genuss-Auszeit.



Was ist "FIT- Basenfasten im Taunus"?

FIT- Basenfasten im Taunus bietet die Möglichkeit sich vom Alltag zu lösen, die Natur zu erleben, die Sinne anzuregen, sich aktiv zu entspannen und die eigene Gesundheit zu fördern.

Mit FIT- Basenfasten ist das Fasten auch für all diejenigen möglich, die nicht auf feste Nahrung verzichten möchten oder können.

Erleben Sie mehr Wohlbefinden, Leichtigkeit und Genuss während und nach Ihrer Basenfastenwoche.



FIT- Basenfasten

Fasten ist eine regelmäßige Rückbesinnung auf das Wesentliche in unserem Leben und eine gute Möglichkeit Krankheiten erst gar nicht entstehen zu lassen (Präventives Fasten). Schon zwei Fastenwochen im Jahr sind hilfreich dabei.

Genießen Sie saisonale Gemüse- und Obstsorten, Kräuter, Saaten, frisch zubereitete Gerichte, reichhaltige Säfte und Kräutertees.

Schaffen Sie sich Ihre persönliche Auszeit mit intensiver Erholung für Körper und Geist. Zeit für sich, Entspannung, Kultur- und Naturerlebnisse, Morgengänge und kleine Wanderungen unterstützen Ihren individuellen Fastenerfolg.

