Fastenwandern auf dem Pfad der Stille

Fastenwandern ist ein Zurückfinden zu sich selbst. Im Fastenwandern vereinigen wir den Verzicht auf feste Nahrung bei gleichzeitiger Bewegung an der frischen Luft. Eine Fastenkur gibt dem Körper Möglichkeit, Überflüssiges wieder loszuwerden, Fett, Schlacken und Giftrückstände abzubauen. Im Taubertal und Hohenloher Land werden wir an den Fastentagen gemeinsame Wanderungen von ca. 4-6 Stunden unternehmen. Ein wechselndes Programm wie z.B. unseren Fastentee frisch pflücken, Natur erleben mit allen Sinnen, Qi-Gong zur Entspannung, sowie Meditation lassen uns wieder neue Kraft schöpfen. Eine Fortbildung zu Dir selbst.

Infoabend:	**Dienstag 10. März 2009**
	18.30 Uhr
Fastenwoche:	**14.03.09 bis 20.03.09**
Kursgebühr:	**220,-- € (./. 10% für Artikuss-Mitglieder)**
Treffpunkt:	**Gesundheitsoase - Lauda**
Fastenbegleiterin:	Viola Beier-Brunner