

Heilfastenwoche mit Mag. Tabitha Gütler

16. – 23. März 2018 • 29. Juni – 6. Juli 2018 • 30. November – 7. Dezember 2018
 1. – 8. Februar 2019 • 22. – 29. März 2019 • 5. – 12. April 2019

Mag. Tabitha Gütler ist zertifizierte Fasten- und Gesundheitstrainerin der Akademie der österreichischen Gesellschaft für Gesundheitsförderung und arbeitet nach der **Fastenmethode von Dr. Buchinger & Dr. Lützner**, der häufigsten Fastenform:

- Verzicht auf feste Nahrung
- Ausscheidung von Schlackenstoffen über Darm, Nieren und Haut
- Häufig ist mit Heilfasten der Wunsch nach seelischer Reinigung verbunden



Mag. Tabitha Gütler

Die Heilfastenmethode, eine reine Trinkkur:

Sie nehmen ausschließlich Flüssiges zu sich:

- Kräutertees, Basisches Wasser, frisch gepresste Säfte
- verschiedene Sorten hochwertiger Gemüsebrühe
- Flüssigkeitsaufnahme: mind. 2,5 Litern pro Tag zur Versorgung des Körpers mit Mineralstoffen, Vitaminen

Voraussetzungen:

- Aufgeschlossenheit, Neugier, Durchhaltevermögen
- nur für gesunde Menschen

Indikationen:

- rheumatische Beschwerden
- Stoffwechselstörungen
- Hautprobleme (Akne, Neurodermitis)
- Bluthochdruck, hohe Cholesterinwerte
- Übergewicht, Migräne

Wirkung der Heilfastenkur:

- Zellentgiftung, Entschlackung und Darmsanierung
- Blutdruck-Regulierung, Bindegewebe-Entstauung
- Stärkung des Immunsystems, verbessertes Hautbild
- möglicher Nebeneffekt: Gewichtsverlust von 3 bis 6 kg

Larimar-Heilfastenwoche (max. 15 Personen):

- 7 Übernachtungen im Elemente-Zimmer
- 1 biologisches Entlastungs- bzw. Aufbaussen
- 1 kurärztliche Abklärung
- 5 reine Heilfastentage
- 1 Bauchmassage und 1 Fußreflexzonenmassage
- Thermal- und Solebaden, saunieren und schwimmen
- 1 Ayurveda Abhyanga Ganzkörperölmassage
- täglich Yoga mit dem indischen Yogi
- einfühlsame und professionelle Fastenbegleitung
- genussvolles Ernährungstraining
- heilsame Entspannung im Kristall-Energie-Raum
- täglich Impulse für einen gesunden Lebensstil
- täglich Nordic Walking
- feierliche Fastenabschlusszeremonie mit Einstieg in die anschließenden Auftage

7 Nächte p. P. im DZ

ab 1536,00 €

Kein EZ-Zuschlag!



Entschlacken im Meerwasserpool, ca. 36 Grad