

# Fastenwochen im Biohotel Stiftsgut Wilhelmsglücksbrunn

## Basenfasten im Biohotel Stiftsgut Wilhelmsglücksbrunn

Eine Woche Gemüse und Obst in Bioqualität essen, entschlacken, entsäuern und überflüssige Pfunde verlieren. Diese Fastenform ist für alle diejenigen geeignet, die nicht wie bei anderen Fastenarten auf Nahrung verzichten möchten. Wir lassen einfach alles weg, was den Körper sauer macht. Es kommt nicht zu starken Fasten Krisen und jeder Teilnehmer hat nach dem Kurs einen „roten Faden“, was gesunde Ernährung angeht. Der Kurs ist besonders geeignet für Allergiker und Zöliakieerkrankte.

## Die Fastenkur mit 6 bis maximal 15 Teilnehmern enthält folgende Elemente:

- Drei basische Biomahlzeiten, Biokräutertee, Quellwasser
- Wanderungen in die unmittelbare Umgebung der Werra-Aue und auf die Creuzburg (evtl, Drachenschlucht bei Eisenach, Bachhaus und Besichtigung der Wartburg-fakultativ)
- Nordic-Walking mit Nordic Walking Einführungskurs
- Mittagsruhe mit Leberwickel und Zeit zur inneren Einkehr und Stille
- Nachmittag zur freien Verfügung
- Vorträge zu Schüßlersalzen im Alltag, alte vergessene Hausmittel, zur Regionalgeschichte, Basenfasten, Dunkelfeld nach Prof. Enderlein
- Bei Wunsch, Kontrolle von Blutdruck und Puls
- Fakultativ: Dunkelfeld und Ohrakupunktur zum Entgiften

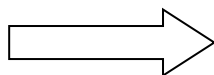
Termine:      **Fastenwochen vom 19.11.-25.11.2017 oder vom 18.02.-24.02.2018**

Preis:            744,00 Euro p.P im DZ incl. ÜN, zertifizierte basische Biokost, Biotee, Quellwasser, Kursgebühr  
774,00 Euro im EZ incl. ÜN, zertifizierte basische Biokost, Biotee, Quellwasser, Kursgebühr

Frühbucherrabatt bis drei Monate vor Kursbeginn 45,00 €

Referentin: Gabriele Benser; Heilpraktikerin, Fastenleiterin

Zum Anmeldeformular



[hier](#)

Biohotel Stiftsgut Wilhelmsglücksbrunn  
Wilhelmsglücksbrunn 1  
99831 Creuzburg  
Telefon 036926-7100320 (Ansprechpartnerin ist Angela Karsten)  
Telefax 036926-7100337  
Email: [biohotel@wilhelmsgluecksbrunn.de](mailto:biohotel@wilhelmsgluecksbrunn.de)  
[www.wilhelmsgluecksbrunn.de](http://www.wilhelmsgluecksbrunn.de)

Kontrollstelle DE-Öko-006