KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

Heilfasten – ein Weg zu Vitalität und Gesundheit



Heilfasten nach Dr. Buchinger/Dr. Lützner

Einführung
Dienstag, 13.10. 19.00 Uhr
Fastenbegleitung
Donnerstag, 15.10., 19.00 Uhr
Samstag, 17.10., nach Absprache mit TN
Dienstag, 20.10. 19.00 Uhr

Fasten ist der freiwillige Verzicht auf feste Nahrung und Genussmittel für eine begrenzte Zeit. Dabei gibt Fasten dem Körper die notwendige Ruhepause, um angesammelte Schadstoffe auszuscheiden und sich mit verstärkter Intensität zu heilen.
Nach einer Fastenkur erlangen Sie ein neues Bewusstsein.
Ihre natürlichen Instinkte kehren zurück. Heilfasten ist eine große Unterstützung bei der inneren Reinigung und bietet einen guten Einstieg in eine gesündere Ernährung und Lebensweise.
Die Zeit des Heilfastens beginnt mit 2 Entlastungstagen und 5 Fastentagen (mehr oder weniger Tage individuell möglich) sowie 3 Aufbautagen.

Ort
Bücherei, Gundelauer Str. 7, 94557 Niederalteich

Referentin
Hildegard Himpsl

Kosten
90 Euro

Anmeldung
KEB Deggendorf, Tel: 09901 6228, keb.deggendorf@bistum-passau.de

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2026-09-22 13:01:47

Tel. (09901) 62 28
keb.deggendorf@bistum-passau.de
www.keb-deggendorf.de