KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

Heilfasten – ein Weg zu Vitalität und Gesundheit



Heilfasten nach Dr. Buchinger/Dr. Lützner

Einführung
Montag, 07.10.2024, 19.00 Uhr
Fastenbegleitung
Freitag, 11.10.2024, 19.00 Uhr
Sonntag,13.10.2024, 9.30 Uhr
Donnerstag 17.10.2024, 19.00 Uhr

Fasten ist der freiwillige, zeitlich begrenzte Verzicht auf feste Nahrung und Genussmittel.Fasten gibt dem Körper die nötige Ruhe, um angesammelte Schadstoffe auszuscheiden und sich mit erhöhter Intensität zu heilen. Nach einer Fastenkur erlangt man ein neues Bewusstsein. Die natürlichen Instinkte kehren zurück. Heilfasten ist eine große Hilfe bei der inneren Reinigung und ein guter Einstieg in eine gesündere Ernährung und Lebensweise.Die Heilfastenzeit beginnt mit 2 Entlastungstagen und 5 Fastentagen (individuell mehr oder weniger Tage möglich) sowie 3 Aufbautagen.

Ort
94557 Niederalteich, Landvolkshochschule, Hengersberger Str. 10

Referentin
Hildegard Himpsl

Kosten
90 Euro

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

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2024-08-29 09:44:51

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