

Begleitetes Fasten zu Frühlingsbeginn

5 Abende mit Informationen, Rezepten, Übungen und Austausch

Ort: Klapothek Arnfels

Begleitung: Mag. Anita Winkler, www.kraut-und-ruabn.at, Tel. 0681/202 33 44 1 und
Dr. Margit Weingast, Beratungs- & Yoga-Spezialitäten, www.margitweingast.at,
Tel. 0664/31 21 836

Programm:

Montag 6. März 2017, 18.30 – ca. 20 Uhr mit Anita Winkler

- **Säure-Basen-Haushalt in der Ernährung**

Donnerstag 16. März 2017, 18.30 – ca. 20 h mit Anita Winkler

- **Entschlackung mit Kräutern und Heilwickeln**

Montag 20. März 2017, 18.30 – ca. 20 h mit Margit Weingast

- **Yoga für mehr Verdauungsfeuer**

Montag 27. März 2017, 18.30 – ca. 20 h mit Margit Weingast

- **Entspannung und Entgiftung für Körper und Geist**

Donnerstag 6. April 2017, 18.30 – ca. 20 h mit Anita Winkler und Margit Weingast

- **Loslassen von Altem – sich öffnen für Neues**

Beitrag: 85,- inkl. Begleitung an 5 Abenden, Informationsmaterial, Fastenrezepten, praktische Anwendungen und Kostproben, Überraschungsgeschenk; einzelner Abend € 20,-

Wir freuen uns, Sie auf dem Weg in den Frühling und die Leichtigkeit begleiten zu dürfen!
Anita Winkler und Margit Weingast



Anmeldung zum

Begleitetes Fasten zu Frühlingsbeginn
5 Abende mit Informationen, Übungen und Austausch

.....

Name	Telefonnummer	Email-Adresse
------	---------------	---------------

.....

Adresse: PLZ, Ort, Straße

Anmerkungen/ mir ist wichtig: